الأسرار الخفية في

السعادة الزوجية

Happy Marriage

٢١٠.
١٤٤

د.عبير عبد الخالق

١٨٠٥٢

٢١٠/٤
١٤٤

الأسرار الخفية للسعادة الزوجية

د. عبير عبد الخالق

حقوق الطبع محفوظة
الطبعة الأولى للناشر
١٤٣٠هـ - ٢٠٠٩م

رقم الإيداع: ٢٠٠٩/١٣٦٥٦
الترقيم الدولى: I.S.B.N
977-255-250-7

الصحوة
ALSAHOH
للنشر والتوزيع
٥ عطفة فريد - من شارع مجلس
الشعب - السيدة زينب
تليفون: ٠٠٢٠٢٢٣٩٣٧٧١٨
تليفاكس: ٠٠٢٠٢٢٣٩٣٧٧٦٧
daralsahoh@gmail.com

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ قَالُوا سُبْحَانَكَ لا عِلْمَ لَنَا إِلاَّ مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ ﴾

[البقرة: ٣٢].

صدق الله العظيم

إهداء

إلى رفيق على الدرب ظل ولا يزال يلازمني طوال مسيرتي.. فما عهدته إلا سائراً أمامي يرشدني ويوجهني، وخلفي يدفعني ويشجعني، وإلى جواري يساندني ويؤازرني..

لم يمل حتى إن مللت، ولم يكل حتى إن كللت..

إلى من علمني كيف يكون العطاء بلا مقابل والحب بلا حدود..

إلى زوجي / خالد..

أهدى هذا الجهد المتواضع،،

رسـالـة حـب
إلى أبنائى الأربعة..
أحمد ومحمود ومحمد وهاجر

عهدتكم دومًا عند حسن ظنى وظن أبيكم . . وسنظل نفخر بكم ونعتز بصداقتكم ما حيينا . .

فلا تنسونا من صالح دعائكم . .

فى حياتنا وحين نلقى ربنا . .

لكم منا كل الحب ، ،

همسة عرفان وتقدير

نقابل فى حياتنا أطيافًا من البشر . . نؤثر فيهم ونتأثر بهم . .

فمنهم من لا يتعدى تأثيره لحظة النظر إليه، ومنهم من يمتد تأثيره لفترة قد تطول إلى أن يطويه النسيان، لكنَّ هناك أناسًا تظل بصماتهم فى حياتنا ما بقينا فندين لهم بالعرفان ما دامت قلوبنا تنبض بالحياة . .

إنهم أصحاب الرسالات من أبناء هذه الأمة . .

لهم خالص الامتنان والتقدير،،

تقديم

عندما أكتب إهداء فهذا يعنى أنى أهدى أحد كتبى أو إصداراتى لشخص ما . . . ولكن فى هذه الظروف فأنا أعطى للكلمة معنى آخر، وهو أننى أهدى للقراء مولد كاتبة وصفت سطور كتابها بدقة وروعة وسلاسة فى الأفكار، لو وضعها القارئ فى الفعل ستكون عاملاً رائعًا فى مساعدته على تحقيق أهدافه فى كل ركن من أركان حياته.

لذلك فأنا أكتب المقدمة وأتمنى للكاتبة أن تُفتح لها أبواب السعادة إن شاء الله.

فكل ما نفعله خلال حياتنا هو الاتصال مع أنفسنا والآخرين. والحقيقة إن نوعية حياة الإنسان تتوقف على نوعية اتصاله بنفسه وبالآخرين.

وهذا الكتاب سيساعدك - أيها القارئ العزيز- على أن تكون متميزًا فى اتصالك، وأن تتعرف على الشخصيات والنظم التمثيلية وكيفية التعامل معها.

وأخيرًا أدعو للكاتبة الدكتورة عبير عبد الخالق بأن يجعل الله -عز وجل- عملها هذا فى ميزان حسناتها.

مع خالص تحياتى،،

د. إبراهيم الفقى

مقدمة

الحمد لله أولاً وأخيراً، فهو صاحب كل فضل ومنة، خلق الإنسان خلقًا كريمًا، وجعل من خلقه ألوانًا وصنوفًا وطبائع مختلفة ليتعلم كل منهم كيف يصنع بينه وبين الآخر جسراً يعبر إليه من خلاله.

إن نقطة الماء تستمد وجودها من كونها جزءاً من كيان واسع إذا انعزلت عنه جففتها الشمس في ثوان معدودة..

وكذلك الإنسان، يستمد وجوده من اتصاله بالكون من حوله، فهو لا يملك إلا أن يتصل بربه أولاً ثم بنفسه، وبالآخرين، المختلفين عنه قبل المتشابهين. ومن هنا كان أمام كل منا مهمة ليست باليسيرة لكى يتعلم فنّاً من أرقى الفنون ويكتسب مهارة من أهم المهارات.

يتعلم فن التعامل مع الآخر ويكتسب مهارة الاتصال به، وهذا ما نرنو إليه من خلال هذا الكتاب الذى يحمل فى طياته رسالة مؤداها أن كلا منا يعيش وفى داخله نموذج يرى العالم من خلاله ليقابل كل يوم آخرين، لكل منهم أيضًا نموذجه الخاص به، فيألف هذا وينفر من ذاك.

وتكمن المهارة فى أن يتخلص كل منا من أسر نموذجه ويتعداه إلى ما هو أبعد منه، فيفتح الأبواب الموصدة أمامه، كلٌ بمفتاحه.

وإن كنت لا أملك أن أدعى شرف اكتشاف المادة العلمية التى انطوى عليها هذا الكتاب، إلا أننى قمت بتجميع هذه المادة من مصادرها المختلفة؛ علنى أنال بها يوم ألقى ربى أجر علم ينتفع به.

اللهم اجعل عملنا هذا صالحًا، ولوجهك الكريم خالصًا، وتقبله منا بقبول حسن. اللهم آمين.

د. عبير عبد الخالق

مقدمة

تلاقى قلبان على الحب، وتعاهدا أن يكملا مسيرة حياتهما معًا ليقضى كل منهما مع الآخر أجمل سنوات الشباب، ثم تتشابك يداهما ليستقبلا معًا ضيفهما القادم طال انتظاره أم قصر، يترقبان معًا ما يبدو عليهما من أثر المشيب لتضفى كل شعرة بيضاء تظهر على وجنتى أحدهما أو كليهما مزيدًا من الحب.. ذلك الحب الذى غذاه الزوجان بحسن العشرة ورواه كل منهما بقطرات الاحترام..

وكما التقى القلبان على الحب أبى كل منهما أن يفارق الآخر إلا على الحب، حتى إذا حان انقضاء أجل أحدهما وآن الرحيل آثر الآخر أن يأنس بذكراه الحانية إلى أن يلحق به، فيكملا معًا حياة أبدية فى متعة لا تنتهى وسعادة لا تعرف معنى الشقاء.

ما أروع أن يلتقى قلبان فى علاقة تحوطها عناية الخالق جل وعلا.. إذا نظر كلاهما للآخر نظرة ود استشعرا نظرة الله إليهما نظرة رحمة، وإذا تلاقت يداهما بحب استشعرا تساقط ذنوبهما، وإذا تعانقا بشوق استشعرا يد الرحمن تمتد لتظللهما، وملائكة الرحمن تحفهما لتستغفر لهما..

وإذا كان من بين سبعة يظلهم الله فى ظله يوم لا ظل إلا ظله اثنان تحابا فى الله، اجتمعا عليه وتفرقا عليه، فليس أجلّ ولا أعظم مرضاةً لله -عز وجل- من أن يكون هذان الاثنان هما زوجًا وزوجة ارتبطا معًا برباط من الله، وعاشا حياتهما فى مرضاة الله ولقيا ربهما على طاعة الله.

السر الأول

أبجديات البيت السعيد

عواطــف لا عواصــف

يقول المولى عز وجل: ﴿ وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُم مِّنْ بُيُوتِكُمْ سَكَنًا ﴾ [النحل: ٨٠] حقاً.. إن البيت هو السكن والسكينة، والأسرة هى الأمان والاستقرار، وهى الكيان الذى يمنح من يحتمى به كل الراحة والطمأنينة.

وفى البيت يتعانق السكن المادى الحسى بالسكن الروحى النفسى، فتتكامل صورته وتتوازن أركانه. فكما جعل اللَّه البيوت سكنًا لكل زوجين، فقد جعل الزوج سكنًا لزوجته والزوجة سكنًا لزوجها..

قال عز من قائل: ﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم: ٢١].

والزواج على الجانب الإنسانى رباط وثيق يجمع بين الرجل والمرأة، وتتحقق به السعادة، وتقر به الأعين.

وهذا ما تشير إليه الآية الكريمة: ﴿ وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا ﴾ [الفرقان: ٧٤].

رُوى إن أمّاً قالت لابنتها عند الزواج: (إنك خرجت من العش الذى فيه درجتِ فصرت إلى فراش لم تعرفيه، وقرين لم تألفيه، فكونى له أرضًا يكن لك سماء..

وكونى له مهاداً يكن لك عماداً . . وكونى له أمة يكن لك عبداً . . لا تلحقى به فيقلاك، ولا تباعدى عنه فينساك . إن دنا منك فاقربى . . وإن نأى عنك فابعدى عنه .

واحفظى أنفه وسمعه وعينه، فلا يشمن منك إلا طيبًا، ولا يسمع إلا حسنًا، ولا ينظر إلا جميلاً) .

ولما كانت الأسرة هى نواة المجتمع ولُبّه وأصل تكوينه، فقد حرص الشيطان أشد الحرص على إفساد هذه الأسرة وتفريقها وفك أواصرها ما استطاع إلى ذلك سبيلاً ؛ فعن جابر -رضى الله عنه- قال : قال رسول الله ﷺ : « **إن إبليس يضع عرشه على الماء ثم يبعث سراياه فأدناهم منه منزلة أعظمهم فتنة..**

يجىء أحدهم فيقول: فعلت كذا وكذا، فيقول: ما صنعت؟ فيقول: ما تركته حتى فرقت بينه وبين امرأته.

قال: فيدنيه منه ويقول: نعم أنت، قال: فيلتزمه».

من هنا عُلم أن من أهم أهداف إبليس : إفساد الأسرة وتصدّعها وتفرق أفرادها .

فإن لم يستطع إلى ذلك سبيلاً سلك سبلاً أخرى فى الإغواء وإفساد الأسرة، بمحق بركتها وتزيين الرذيلة والفاحشة، ليبقى كيان الأسرة هش البنيان، فيعزل الأسرة عن أن تؤدى دورها الفاعل فى المجتمع .

ولأجل ذلك دعت الشريعة إلى مدافعة هذا العدو ومحاربته بالتحصن والحرز منه . فمن ذلك :

* قراءة سورة البقرة فى البيت، فقد ورد أن الشيطان لا يدخل بيتًا تُقرأ فيه سورة البقرة.

* الصلاة فى البيت وقراءة القرآن لقول النبى ﷺ: **«صلوا فى بيوتكم ولا تتخذوها قبوراً».**

* إخراج كل ما يمنع دخول الملائكة من كلب أو صورة، وذلك لقول النبى ﷺ: **«لا تدخل الملائكة بيتًا فيه كلب ولا صورة».**

* **ذكر الله -تعالى- عند دخول المنزل، فالشيطان حريص على أن يشارك أهل البيت فى معاشهم ليمحق البركة وتقع الفتنة فنجد أن النبى ﷺ يقول: «إذا دخل الرجل بيته فذكر الله عند دخوله وعند طعامه قال الشيطان: لا مبيت لكم ولا عشاء، وإذا دخل فلم يذكر الله عند دخوله قال الشيطان: أدركتم المبيت، وإذا لم يذكر الله عند طعامه قال: أدركتم العشاء، وإذا لم يذكر الله عند دخوله ولا عند طعامه قال الشيطان: أدركتم المبيت والعشاء».**

* **قفل الأبواب عند المساء لقوله ﷺ: «إذا كان جنح الليل أو أمسيتم فكفوا صبيانكم، فإن الشياطين تنتشر حينئذ، فإذا ذهب ساعة من الليل فحلوهم فأغلقوا الأبواب واذكروا اسم الله، فإنّ الشيطان لا يفتح بابًا مغلقًا وأوكوا قربكم، واذكروا اسم الله، وخمروا آنيتكم، واذكروا اسم الله، ولو أن تعرضوا عليها شيئًا، وأطفئوا مصابيحكم».**

والأسرة هى العامل الأول الذى تتحدد به معالم الشخصية الإسلامية وخصائصها وصفاتها. وهى الوسيط بين الفرد والمجتمع، واللبنة الأولى فى بناء

ذلك المجتمع ثم الدولة ثم الأمة ؛ لهذا كان إصلاح الأسرة وإعادة بنائها هو نقطة البدء لإصلاح المجتمع وإعادة إحياء الأمة.

ومسئولية الإصلاح هنا تقع في المقام الأول على عاتق الزوجين باعتبارهما عماد الأسرة والقائمين عليها، يقول سيد الخلق صلوات الله وسلامه عليه: **«كلكم راعٍ وكلكم مسئول عن رعيته، فالإمام راعٍ ومسئول عن رعيته، والرجل راعٍ في أهله ومسئول عن رعيته، والمرأة راعية في بيت زوجها ومسئولة عن رعيتها، والخادم راعٍ في مال سيده ومسئول عن رعيته، فكلكم راعٍ ومسئول عن رعيته»** ويقول المولى عز وجل: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ**﴾ [التحريم: ٦].

ويقول ﷺ: **«ما من عبد يسترعيه الله رعية يموت يوم يموت وهو غاش لرعيته إلا حرم الله عليه الجنة»**. ويشرح رسول الله ﷺ الغش بقوله: **«فلم يحطها بنصحه»**، أي: لم يسع فيما ينفعهم، ويدفع عنهم ما يضرهم.

لا شك أن البيت السعيد هو الدعامة الأساسية لقيام المجتمع الرشيد، وأن الأسرة الآمنة المستقرة ضرورة لا بد منها لصلاح المجتمع وتماسكه، وشرط لا مفر منه إذا ما أريد لأمة أن تعز وأن تنتصر وتسود.

ولهذا كانت عناية الإسلام كبيرة بالأسرة، فأقام على الحق والعدل بناءها، وثبت بالود قواعدها، وقوَّى بالخوف من الله عُراها. ولهذا بذل أعداء الأمة جهوداً مضنية لتدمير الأسرة وتفكيك أواصرها، وسلكوا إلى ذلك ما استطاعوا من سبل. فقد عملوا على تخريب علاقات الحب والاحترام بين الآباء والأبناء،

وبين الأمهات والبنات، وبين الشيوخ والشباب، وقبل ذلك كله كانت المحاولات ولا تزال لإفساد العلاقة بين الزوجات والأزواج.

فالزواج هو عقد شركة بين طرفين، إما أن يربحا معًا فتنجح الشركة وتنمو وتزدهر، أو يخسرا معًا فتقع الشركة وتفلس وتنتهي. ولن تربح الشركة إلا إذا نظمت تنظيمًا سليمًا، وأديرت إدارة رشيدة، وأدى كل شريك واجبه على الوجه الأكمل، وسادتها روح التفاهم والمودة وتوافرت فيها الأمانة والإخلاص بين طرفيها..

لذلك يقول الله -تعالى- في الحديث القدسي: **«أنا ثالث الشريكين ما لم يخن أحدهما صاحبه، فإذا خانه خرجت من بينهما»**.

وقد أوصى الرسول ﷺ أن يتم تأسيس هذه الشركة على أسس متينة ودعائم راسخة، وذلك في قوله -صلوات الله وسلامه عليه- للرجل: **«تنكح المرأة لأربع، لمالها ولجمالها ولحسبها ولدينها، فاظفر بذات الدين تربت يداك»**.

وكذلك قوله -صلوات الله عليه- للمرأة وولي أمرها: **«إذا أتاكم من ترضون دينه وخلقه فزوجوه. إلا تفعلوه تكن فتنة في الأرض وفساد عريض»**.

وربما علينا أن ننتبه -نحن الزوجات والأزواج -منذ اللحظات الأولى للحياة الزوجية إلى أن هناك العديد من المفاهيم الزوجية التي اختلط فيها الأمر بين واقع الحقيقة ورغبات النفس وهواها، ومن أهم تلك المفاهيم كل من مفهوم «الطاعة»، ومفهوم **«القوامة»**..

فبالنسبة إلى مفهوم الطاعة نجد أن البعض ينظر إلى طاعة الزوجة لزوجها على أنها نوع من الإهانة لكرامة المرأة، والتعدي على استقلاليتها كإنسانة لها

شعورها، وإحساسها ولقد جاءت الشريعة بكل مافيها من أحكام وأوامر لكرامة الإنسان وإعزازه رجلاً كان أو امرأة.

فالأصل أن عقد النكاح من العقود التى عظمها الله؛ إذ أمر بالوفاء بالعقود عامة وخص هذا العقد بمزيد اهتمام وتأكيد بقوله تعالى: ﴿وأخذن منكم ميثاقا غليظا﴾ [النساء: ٢٠].

وتعظيم شعائره دلالة تقوى القلب: ﴿ذلك ومن يعظم شعائر الله فإنها من تقوى القلوب﴾ [الحج: ٣٢].

ومعرفة هذا الأصل عند كلا الزوجين يوقفهما على عظم المسئولية والأمانة.

ولنسمع معًا قول رسول الله ﷺ فى خطبة حجة الوداع: «**اتقوا الله فى النساء فإنهن عوان عندكم، اتخذتموهن بأمانة الله واستحللتم فروجهن بكلمة الله**»..

أما بالنسبة إلى مفهوم «القوامة» وما تنطوى عليه القاعدة الشرعية «الرجال قوامون على النساء» فهو مفهوم مرتبط بالمفهوم الأول، حيث يعنى كما قال ابن عباس: قوامون بمعنى أمراء، أى: عليها أن تطيعه فيما أمرها به من طاعته.

ودور المرأة فى علاقتها مع زوجها ينطلق من هنا (من الطاعة) وهذه الطاعة من منطلق تلك القوامة لها ثمارها وفوائدها، من ذلك:

أولاً: إن طاعة المرأة لزوجها أمارة صلاحها، فقد وصف المولى -عز وجل- الصالحات بقوله: ﴿فالصالحات قانتات حافظات للغيب بما حفظ الله﴾ [النساء: ٣٤].

قال ابن عباس رضي الله عنهما :

«قانتات» يعنى مطيعات لأزواجهنّ.

ولنتأمل معًا قوله تعالى : «قانتات» وأنه لم يقل «طائعات»، وذلك لأن القنوت هو شدّة الطاعة التي ليس معها معصية، وهي طاعة فيها معنى السكون والاستقرار للأمر . .

وليست هي طاعة القهر، مما يدلّ على أنه ينبغي على الزوجة أن تطيع زوجها وهي راضية بأمره، وعلى الزوج أن يأمرها بما يكون له فيها عون على أن تقبل أمره بسكون وحب واستقرار .

وطاعة المرأة لزوجها من أعظم أسباب دخولها إلى الجنة، فقد جاء في الأثر عن أبي هريرة قال: قال النبي ﷺ: «**إذا صلت المرأة خمسها وصامت شهرها وحصنت فرجها وأطاعت زوجها قيل لها: ادخلي الجنة من أي أبواب الجنة شئت**».

الزوج طريق للجنة . . والجنة محفوفة بالمكاره!!

فطاعة الزوجة لزوجها - وإن تبع الطاعة مشقة - فإن ذلك هو طبيعة الطريق، وطبيعة الواقع. فليست المشقة ذلّة وهوانًا، بقدر ما هي قدر الواقع!

ومن أطاعت زوجها، فهنيئًا لها الجنة . . إن آمنت وصبرت .

ثانيًا: طاعة المرأة لزوجها تغذية لأنوثتها؛ إذ إن التزام المرأة بالطاعة وعدم انقلاب الأمر يتحقق به شعور المرأة بأنوثتها، بعكس شعور المرأة التي يكون لها الأمر والنهي عند زوج لا يحرك ساكنًا مغلوب على أمره . .

فكم من زوجة كان قدرها مع رجل ضعيف الشخصية، ليس له شأن ولا أمر.. فتمنّت أن الأمر لم يكن كذلك!!

ثالثًا: إن فى طاعة المرأة لزوجها امتثالاً لأمر الله وأمر رسوله ﷺ، وهذا الامتثال صورة من صور تعظيم هذه المرأة لهذه العلاقة التى عظّمها الله تعالى.

فطاعة المرأة لزوجها تعدل الحج والجهاد فى سبيل الله.

ويعنى ذلك أن الأمر لا يخضع لمقاييس شخصية تتحكم بها أمور نفسية كاعتبار الكرامة ونحو ذلك.

وهكذا فإنه لا مجال للقول بأن فى طاعة المرأة لزوجها إهدارًا لكرامتها؛ لأن كرامة الإنسان تدور حيث كان النص الشرعى، ومتى ما خرج الأمر عن النص سقطت الكرامة وأهينت ﴿وَمَن يُهِنِ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِن مُّكْرِمٍ﴾ [الحج: ١٨].

وهذه القوامة ليست سلطة عمياء، بل هى سلطة فى حدود الشرع، وهذا يعطى صاحب السلطة استشعاراً لعظمة ذلك، فلا يأمر إلا بما هو مشروع، ولا يأمر إلا بما يستطاع.

ويكفى أن الله قد ختم آية القوامة بقوله تعالى:

﴿فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلاً إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيًّا كَبِيرًا﴾ [النساء: ٣٤].

فليكن الزوج لينًا رفيقًا فى طلبه وأمره فلا تطلب بصخب ولا بإزعاج، كما لا يطلب فى حالة تشعر معها زوجته بإذلال لها أو إهانة، كما لو كانا فى خصومة أو مشادّة!!

صحيح إن للزوج حق الطاعة، إلا أن هذه الطاعة مطلوب فيها أن تكون بالمعروف . . وتكون فى دائرة الممكن المستطاع.

فالأمر بود يحفز على الطاعة بتودد وقنوت . .

أما الأمر بتسلط وقهر فيحفز على العصيان، ويعين على الطغيان.

فالمرأة التى سمحت لرجل أن يشاركها فى أعز ما تملك، ومنحته ما لم تمنحه لأقرب الناس لها من أب وأم وأخ وأخت تنتظر منه أن يكون فى حياتها الفارس والبطل . .

أن يكون فى شعورها الملك والأمير . . وأن يكون فى كيانها الروح والنّفس.

أفلا تستحق تلك الزوجة من زوجها أن يشاركها قراره وأمره ونهيه بالمشاورة؟!

أفلا تكون كرامة المرأة أن تعيش هذا الإيمان، وأن تتقلب فيه مؤمنة مصدقة، لا كارهة ساخطة جازعة؟!

يقول ﷺ: «**ألا أخبركم بنسائكم من أهل الجنة؟ قالوا: بلى يا رسول الله، قال: «الودود الولود التى إن ظَلَمت أو ظُلِمت قالت: هذه ناصيتى بيدك لا أذوق غمضًا حتى ترضى**».

دعونا نتفق على أن الزواج هو الحياة الجديدة التى يشتاق إليها أغلب الشباب من فتيان وفتيات، رغبة منهم فى الاستقرار والاستقلال . .

فالفتاة تحيا بين ذراعى أمها وفى رعاية أبيها حتى الزواج، ورغم القلق الذى قد يساورها وهى مقبلة على حياة جديدة إلا أنها تشتاق بعاطفة صادقة إلى هذه الحياة الجديدة التى يشاركها فيها إنسان قد وضعت كل آمالها وأحلامها وما بقى من سنوات عمرها بين يديه . .

وكل ما ترجوه تلك الفتاة أن يكون هذا الإنسان هو جنتها فى الدنيا، الحضن الدافئ الذى تتلمس بين ذراعيه الطمأنينة والحنان . . رفيق العمر الذى يجعلها مليكة فؤاده ويرفعها على عرش قلبه .

أما الفتى، فقد عاش أيضًا فى صحبة أبيه وأمه ورعايتهما . . ورغم نزعته الفطرية منذ سن التمييز إلى الاستقلال وإثبات ذاته بعيدًا عن رقابة أبويه، إلا أنه يشتاق أيضًا إلى تلك الحياة الجديدة التى تشاركه فيها إنسانة يضع بين يديها شبابه ومشيبه، لتكون له واحة يستريح فيها من وهج الأيام ومشاق الحياة، إنسانة تعينه على أعبائه بابتسامتها وحنانها، وتربى له أولاده ليكونوا قرة عين له ولها، حتى إذا كبر الأبناء واستقلوا بحياتهم لم يبق مع أحدهما سوى الآخر الذى يلازمه ما بقيت الأنفاس فى صدريهما، لا يفرقهما إلا أجل الله تعالى، فإن سبق الموت بأحدهما انتظره الآخر لصحبة الأبد . .

ورد فى سيرة المصطفى ﷺ أن أهل المدينة خرجوا يستقبلون ذويهم العائدين من غزوة أحد، وكانت إحدى النساء تترقب القادمين فى انتظار أبيها وأخيها وعمها وزوجها، فقيل لها: احتسبى أباك (يعنون أنه استشهد فى المعركة) فقالت: إنا لله وإنا إليه راجعون، فقالوا: احتسبى أخاك، فقالت مثلما قالت فى

الأولى، فقالوا لها: احتسبى عملك، فقالت كما قالت فى الأولى والثانية، حتى قالوا لها فى الرابعة: احتسبى زوجك، فبكت بكاءً شديداً ولم تتمالك نفسها من كثرة العويل، فقال رسول الله ﷺ عند ذلك: «إن زوج المرأة منها لبمكان»..

حقّاً، إنها رابطة مقدسة أنزلها الله -تعالى- من فوق سبع سماوات، قلوب تعانقت ونفوس تلاقت فى معية الخالق -سبحانه- وبعينيه -جل وعلا- ليكون كلاهما سكنًا للآخر، وليستكين كلاهما للآخر استكانة الطفل الصغير بين ذراعى أمه.

السر الثانى

الـــدورة الطبيعيـــة للحيـــاة الزوجية.. احذرا مرحلة الخطر

كثيراً ما تصل العلاقة بين الزوجين إلى شىء من الروتين، وإن شئت فقل الملل.

وتمر العلاقة بشىء من الفتور يجعلها فى أمس الحاجة لمن ينتشلها مما تمر به.

وبصفة عامة نجد أن العلاقة الزوجية تمر بأربع مراحل طبيعية فى مظاهرها ومنطقية فى تسلسلها، وفهم هذه المراحل وكيفية التعامل معها واجتيازها بنجاح من الأمور المهمة جداً لتحقيق الاستقرار فى الحياة الأسرية والوصول إلى السعادة الزوجية.

والأصل أن تبدأ الحياة الزوجية بعقد النكاح وتنتهى بوفاة أحد الزوجين..

وحديثنا هنا عن الحياة الزوجية الدنيوية فقط؛ لأنه بعد انقضاء العلاقة الزوجية فى الدار الدنيا قد يرتضى الزوجان أن يكملا حياتهما الأبدية معًا فى الدار الآخرة، فى سعادة ومتعة بلا أى التزامات أو مشكلات.

وإذا كانت الحياة الزوجية فى الدنيا ليست كذلك، فعلينا أن نتعلم كيف نتعامل معها بحكمة تجعلها معينًا على الطاعات لا مبعثًا على المعاصى والزلات.

والمراحل الطبيعية التى تمر بها أى علاقة زوجية يمكن تلخيصها فى أربع مراحل رئيسية:

١- مرحلة الانجذاب.

٢- مرحلة الشعور بالسعادة.

٣-مرحلة التعود.

٤- مرحلة التصحيح.

المرحلة الأولى: مرحلة الانجذاب:

فى هذه المرحلة تكون العلاقة الزوجية بمثابة حياة جديدة لكلا الزوجين، يبدى كل منهما للآخر أفضل ما لديه، ويرى كل منهما من الآخر أفضل ما عنده، وتتميز هذه المرحلة بانجذاب قوى من كل طرف تجاه الطرف الآخر، ليشعر كل منهما أن الطرف الآخر هو كل حياته ومنتهى آماله، ينتظر أن يجد عنده كل ما يحتاج وأن يستغنى به عن الكون بما فيه..

يقابل الزوجان فى هذه المرحلة أقل قدر من الالتزامات، ويواجهان أقل قدر من المشكلات، وهو ما يدخلهما بطبيعة الحال فى مرحلة الشعور بالسعادة.

المرحلة الثانية: مرحلة الشعور بالسعادة:

تأتى هذه المرحلة كنتيجة منطقية وطبيعية للمرحلة الأولى؛ لأن الانجذاب يعنى بالنسبة إلى لكل طرف أنه وجد ما كان يبحث عنه ويتمناه (حتى وإن اضطر أحدهما أن يوهم نفسه بذلك ليحصل على قدر من السعادة).

حتى مع بداية ظهور بعض المشكلات فى هذه المرحلة، ربما يتلقاها الزوجان بشيء من الشعور بالسعادة، حيث يعتبرانها نوعًا من التوابل التى تضفى على الحياة مذاقًا لذيذًا من وقت إلى آخر، وقد يتشاجران لمجرد أن يستمتعا بلحظة المصالحة بعد الخصام.. وهكذا.

لهذا فإن الزوجين فى هذه المرحلة يقرران الشعور بالسعادة، سواء تم ذلك عن وعى أو خارج الوعى..

وتستمر هذه المرحلة لفترة تطول أو تقصر حتى تدخل الحياة الزوجية أخطر مراحلها وهى مرحلة التعود.

المرحلة الثالثة: مرحلة التعود:

لا شك أن وصول الزوجين إلى مرحلة التعود يدق ناقوسًا للخطر فى أى حياة زوجية، والتعود هنا لا يقصد به الألفة المرغوبة والمحمودة بين الزوجين، وإنما يقصد به غلبة الروتين والشعور بالملل، بحيث تخلو الحياة الزوجية من التجديد ويتبدد أو يتلاشى الانجذاب بين الطرفين فيفقدان الشعور بالسعادة اللهم إلا إذا حدثت معجزة خارجية أشعرتهم بالسعادة للحظات نهايتها تلاحق بدايتها، فلا تستمر كثيراً..

ويتم التركيز هنا على جانب الالتزامات والمشكلات، وكأن الحياة الزوجية نفسها قد أصبحت كتلة من المشاكل المعقدة التى يتلقفها الزوجان لتحدث نوعًا من الفتور فى العلاقة الزوجية.

ورغم أن مرحلة التعود هى أصعب وأخطر مراحل الحياة الزوجية، إلا أن خطورتها الحقيقية تكمن فى الاستسلام لها والوقوف عندها طويلاً وعدم الإفلات منها بسرعة إلى المرحلة التالية.

المرحلة الرابعة: مرحلة التصحيح:

يستطيع الزوجان اجتياز مرحلة الخطر بالانتقال بكل قوة وبأقصى سرعة إلى مرحلة التصحيح..

فالاستسلام لمرحلة التعود على أنها مرحلة طبيعية بعد فترة معينة من الحياة الزوجية، خاصة مع تزايد الالتزامات والأعباء الملقاة على الطرفين هو الخطر الداهم، ولا نبالغ إن قلنا إنه الخطر القاتل والمميت لأى علاقة زوجية مهما بدأت قوية، فالحياة الزوجية هنا تكون فى مفترق الطرق:

- فإما أن يدرك الزوجان خطورة الأمر وضرورة التغيير فيحدث التصحيح، ويتخطيان الأزمة بسلام لتبدأ مرحلة جديدة من الانجذاب والشعور بالسعادة.
- أو أن يستسلم كل منهما للمرحلة فيحدث أحد نوعين من الهروب.. إما الهروب خارج المنزل بالانفصال وإنهاء العلاقة بالطلاق، أو يحدث ما يسمى بالهروب الداخلى لينسحب كلا الزوجين من العلاقة الزوجية دون أن يحدث انفصال رسمى بحيث يعيش الزوجان غرباء تحت سقف واحد، لا يجدان لغة مشتركة للحوار بينهما، وكأن كليهما يتحدث لغة لا يفهمها الآخر.

إن أول ما ينفرط من عقد الحياة الزوجية وأول خطوة لفقدان السعادة هي أن يدب الملل في حياة الأسرة حينما تفقد الجديد وينشغل الزوج بأحواله وظروف عمله أو مشاكله، وتنشغل الزوجة عن الاهتمام بزوجها إلى رعاية أبنائها، فتشكو الزوجة من عدم اهتمام زوجها بها وإعراضه عنها ومعاملتها بقسوة وجفاء وعدم تقدير، ونفس الشكوى يرددها الزوج مما ينعكس على كل أحوال البيت فلا ترتاح الزوجة ولا الزوج..

ويعيش الأبناء في قلق وتوتر.. الصوت مرتفع لأتفه الأسباب والمشاكل البسيطة تتعمق، ويكبر سوء الظن، وتحميل الكلام على الوجه السيئ، وتظهر الحساسيات في التعامل وتصيد الأخطاء.. وغير ذلك.

ربما تكون الزوجة قد أهملت ولم تعد تهتم بنفسها.. وربما يكون ما حدث للزوجة هو رد فعل لإهمال زوجها وعدم اكتراثه نتيجة لانشغاله، بالرغم مما تبذله من زينة واستعداد، ولا تجد من الزوج حتى تعليقًا مريحًا أو ملاحظة جميلة حتى ملت هي الأخرى وزهدت وأهملت..

وغالبًا ما تكون المسئولية مشتركة من الطرفين، بمعنى أنها دائرة مغلقة أدى فيها إهمال كل طرف للآخر لهذه النتيجة، بغض النظر عمن بدأ بالإهمال والتجاهل..

وأيًا ما كان السبب فلا شك أن نقطة البداية يجب أن تكون مشتركة ومتزامنة حتى لا يستطيع أحدهما أن يعفي نفسه من المسئولية.

إن الانشغال وكثرة الأعباء ليست مبررًا كافيًا لما قد يحدث من فتور في الحياة الزوجية ورتابة في إيقاعها، بل على العكس تمامًا نجد أن اللحظات الجميلة التي

يقضيها الزوجان معًا كفيلة بإزالة التعب والهموم وتجديد الحب والنشاط والحيوية إن أحسن استغلالها . .

أما آن الأوان أن يغير الكثيرون نظرتهم إلى لحظات الاسترخاء والراحة والاستمتاع نظرة عديمة الأهمية أو نظرة التحسينات أو الكماليات الزائدة التى يمكن الاستغناء عنها، أم أن هذا قد أصبح منهج حياة يتمسك به الكثيرون ممن لا يجيدون فن الترويح عن نفوسهم ولا الاستمتاع بأوقات فراغهم؟!

والنتيجة هى انكسار نفسى، وأسَر تسقط ولا تستطيع القيام والمقاومة، وإذا سأل هؤلاء أنفسهم: لماذا حدث ذلك؟ فستجيبهم أنفسهم: لأنكم لم تعطونا فرصة لالتقاط الأنفاس.

ومن هنا فإن كسر مرحلة التعود والخلاص من أسرها باستمرار وبقوة وبأقصى سرعة خطوة مهمة للاحتفاظ بالانجذاب الزوجى، ومن ثم الشعور بالسعادة الزوجية . .

ولكن كيف يمكن إدخال التجديد والإبداع إلى العلاقة الزوجية والقضاء على الملل والروتين الذى يتنابها بعد فترة معينة، والذى يأتى فى مرحلة تكون فيه الحياة الأسرية مفعمة بالالتزامات، وأحيانًا بالمشكلات؟!!

نقطة البداية هى أن يدرك الزوجان طبيعة هذه المرحلة ومدى خطورة الاستسلام لها، ليجد كل منهما الدافع للتغيير حرصًا على استقرار الأسرة وسعادتها.

وحتى نكون واقعيين علينا أن نعترف أن المبادرة فى هذا الأمر غالبًا ما تتولاها الزوجة، ليس لعيب فى الأزواج ولكن لطبيعة الاختلافات النفسية بين الرجل والمرأة والتى سيأتى تحليلها لاحقًا فى هذا الكتاب إن شاء الله . .

ومن هنا فقد يكون الدور المنوط بالزوج هو أن يعطى زوجته الفرصة، ويفتح قلبه وذراعيه ويؤهل نفسه للاستجابة لمبادرات الزوجة ومحاولاتها، ولن يحدث ذلك إلا باقتناعه بأهمية وضرورة - بل وإمكانية - التجديد فى الحياة الزوجية للعودة إلى مرحلة الانجذاب التى تمنح الزوجين الشعور بالسعادة، وأن لهما كل بضع سنوات بداية جديدة لحياة زوجية أجمل .

فلتبد الزوجة اهتمامًا بنفسها ومظهرها وأسلوبها فى التعامل، وبزوجها واحتياجاته ومتطلباته النفسية والشخصية، ولتحرص على احترامه وتقديره وتشعره دائمًا بأنه رب الأسرة الذى يتعب ويجتهد فى تحصيل الرزق لأولاده ولأهله . . ولتحرص على إهدائه هدية بسيطة فى مناسبة ما، أو إعداد مفاجأة له من حين إلى آخر لتسعده وتدخل السرور على قلبه . .

وبالطبع فإن هذا لا ينفى دور الزوج فى علاج الفتور الزوجى عن طريق الاهتمام بزوجته ومتابعة أحوالها، فهذا من الأمور المهمة أيضًا .

وقد قامت العديد من الزوجات بتجارب جميلة وناجحة فى هذا الصدد، وهى جديرة بعرض بعض منها لعلها تفتح لنا بعض آفاق للإبداع، والقيام بعملية من العصف الذهنى التى تبتكر من خلالها كل زوجة طرقًا وأساليب للتجديد فى حياتها الزوجية وفقًا لنمط شخصية زوجها ومدخله المناسب[1] . .

---

(١) يمكن الرجوع إلى الجزء الخاص بأنماط ومفاتيح الشخصيات فى كتاب «متعة الاختلاف» للكاتبة.

قامت إحدى الزوجات -مثلاً- بعمل ما أطلقت عليه «قارورة الحب»، حيث أفرغت زجاجة ثم كتبت شعراً فيه غزل وحب، وكتبت أيضًا الصفات التى تعجبها فى زوجها، ورشت الورقة بالعطر ثم وضعتها فى الزجاجة، وأحكمت الغطاء، ووضعتها فى البانيو المليء بالماء والرغاوى ليفاجأ بها الزوج عند دخوله إلى الحمام.

وقامت زوجة أخرى بتجربة مثيرة أيضًا، فقد رسمت العديد من القبلات ثم قصتها ووزعتها من عند باب الشقة (من الداخل طبعًا) حتى باب غرفة النوم، وعند نهاية آخر قبلة وضعت ورقة مكتوبًا عليها: «أقبل الأرض التى تمشى عليها».

أيضًا وجد أن رسائل الحب القصيرة سواء عن طريق الموبايل أو التى يتم كتابتها بين الزوج والزوجة تساعد كثيراً على إذابة الحاجز النفسى التى تخلقه فترة التعود وإشعال حماسة الحب والأشواق بين الزوجين.

ربما ينظر البعض إلى هذه الأساليب أو المقترحات على أنها من قبيل الخيال المبالغ فيه أو أنها بعيدة عن الواقع.. وغير ذلك مما قد يحبط به الكثيرون منا أنفسهم، ولكنى أعاود التأكيد على أنها جربت بالفعل وآتت ثماراً طيبة، فهى على بساطتها ويسرها تبعث رسالة إلى أحد طرفى العلاقة مؤداها أن الطرف الآخر يحبه وحريص على دوام الحب واستمراره، وأنه يبذل ما فى وسعه من محاولات لكى يحتفظ بحبه وانجذابه نحوه، وقد يكون أثر هذه الرسالة أقوى كثيراً من أثر المحاولات نفسها.

وفى النهاية لا ينسى كل منا أن يستعين بالله تعالى، ولا يعجز، وأن يستحضر النية لله قبل أى عمل ليبارك الله فيه ويؤتى ثمرته بإذن الله تعالى، فلا توجد رسالة أسمى ولا أنبل من حماية أسرة من الانهيار.

السر الثالث

الاختلافات النفسية بين الرجــل والمــرأة

تناولت فى كتابى «متعة الاختلاف» أنماط الشخصيات والنفسيات، وكذلك النظم التمثيلية التى تختلف لدى كل منا عن غيره، وقمت من خلال هذا الكتاب باستعراض وتحليل البرامج العقلية العليا التى تحكم السلوك الإنسانى وتفسره، وفى أغلب هذه البـرامج رأينا أن الرجل تغلب على تفكيـره وتصـرفاته برامج تتناقض -فى كثير من الأحيان- مع نظائرها لدى المرأة.

كـذلك أثبت علمـاء النفس والمعنيون بدراسة السلوك الإنسانى وتفسيره وجود اختلافات نفسية جوهرية بين الرجل والمرأة، وهى اختلافات طبيعية من شأنها إحداث نوع من الاتزان النفسى فى العلاقة بينهما، بشرط أن يتم فهمها والتعرف عليها بشكل علمى، حتى لا تؤدى إلى تصادمات ناتجة عن سوء فهم كل من الطرفين للطرف الآخر.

ومن العلوم التى قامت بدراسة تلك الاختـلافات النفسـية وتأثيرها على السلوك علم البـرمجة اللغوية العـصبيةNeuro Linguistic Programming ويطلق عليه اختـصـاراً مصطلح (NLP)، وهو علم حديث بـدأ فى منتـصف السبعينيات من القرن الحالى، يقوم على اكتشاف كثير من القوانين والدوافع التى تؤثر فى الأفكار والمشاعر والسلوك، ومن ثم تحكم تصرفات واستجابات الأفراد على اختلاف أنماطهم الشخصية.

ويعنى هذا العلم بكشف عالم الإنسان الداخلى وطاقاته الكامنة، وتقديم أدوات ومهارات تمكنه من التعرف على شخصية الإنسان وطريقة تفكيره وسلوكه وأدائه وقيمه، والعوائق التى تقف فى طريق إبداعه وتفوقه.

كما يقدم هذا العلم بعض الأدوات والطرق التى يمكن بها إحداث التغيير الإيجابى السريع فى تفكير الإنسان وسلوكه وشعوره، وقدرته على تحقيق أهدافه، كل ذلك وفق قوانين تجريبية يمكن أن تختبر وتقاس.

ومن أهم ما يمكن الاستفادة به من علم البرمجة اللغوية العصبية فَهْم أنماط الشخصيات، وتحقيق الألفة، والانسجام فى العلاقات الإنسانية، وبناء علاقات جيدة وروابط اجتماعية قوية.

ولا شك أن من أهم العلاقات التى يمكن للبرمجة العصبية أن تنميها وتقويها العلاقات الزوجية، فنحن نرى فى واقعنا كثيراً من الأسر التى تنهدم أو توشك لأسباب نراها مستعصية جداً، وهى فى حقيقتها أسباب يسيرة، تكمن فى اختلاف الأنماط الشخصية التى تؤدى إلى لون من عدم الألفة وانعدام التفاهم..

ولو عرف كل طرف حقيقة الطرف الآخر وأدرك محركات سلوكه وتفسيرات مواقفه لالتمس له العذر، بل وسعى لمساعدته بهدف الوصول لحالة جيدة من التعايش والتعامل.

إن اختلاف نمطى الشخصية بين الرجل والمرأة ليس هو المشكلة، بل قد يكون مطلبًا للتكامل فى كثير من الأحيان. ولكن المشكلة الكبرى فى جهل الطرفين

بهذا الاختلاف واعتقاد أحدهما بأن الآخر مثله، أو ينبغى أن يكون مثله، فى القناعات والرغبات وطرق التفكير والتفضيلات وغير ذلك.. فى حين أنه لو فهم كل منهما منبع سلوكيات الآخر، وتعامل معه بالإستراتيجية التى تناسبه لانتهت المشكلة، واستطاعا العيش فى ظل قدر كبير من الانسجام الفكرى والعاطفى.

فالناس ليسوا سواءً وإن كنا نظنهم كذلك، بل هم أنماط ولكل نمط منهم مؤشرات خاصة نستدل بها عليه، وإستراتيجيات خاصة نتعامل بها معه[1].

فهناك -مثلاً- نوع من الرجال صامت دائمًا.. الصمت من طبعه، فهو لا يتحدث بمقدار ما يسمع، وربما تعبت الزوجة لأنها تظل تتحدث وهو يستمع إليها دون أن يرد عليها ولو بكلمة، اللهم إلا إيماءة برأسه أو نظرة بعينه، وعلى الزوجة ألا تغضب من ذلك السكوت، فهى مع الأيام ستتعود على أن تتكلم، ويسمعها أو يغيِّر هو من طبعه.

وعلى العكس فهناك نوع من الأزواج لا يمل الحديث، ولا يعطى لزوجته فرصة لأن تقص عليه أحداث يومها مثلاً، أو أن تحدثه بما يضايقها أو يهمها، وإنما يظل يحكى ويتكلم، ويطلب ويأمر، فما إن تنتهى من عمل حتى يكلفها بغيره مع امتصاص غضبها ببعض الكلمات الحلوة.. والنساء بطبعهن يحببن التحدث، فلا تغضب الزوجة من كثرة كلام زوجها، وإنما عليها أن تستمع إليه مصغية حتى إذا انتهى من حديثه، استغلت الفرصة لتتكلم هى، ولكن عليها ألا تزعجه بكثرة الحديث إلا إذا وجدت منه تجاوبًا معها وإنصاتًا منه.

(١) يمكن الرجوع فى هذا الموضوع إلى كتاب «متعة الاختلاف» للكاتبة.

أيضًا نجد أن المشاكل التى تظهر فى بدايات الحياة الزوجية ترتبط فى كثير من الأحيان بقوانين الافتراض والتوقع . .

فكثيرًا ما يبنى كلا الزوجين أو أحدهما افتراضات وتوقعات مبالغة فى المثالية تتعلق بالطرف الآخر أو بالحياة الزوجية أو بالبيت والمتطلبات المادية ، ثم يصدم بأن الواقع أقل من ذلك فيستمسك بتوقعاته المسبقة وتبدأ رحلة المطالبة والاستياء، أو يستسلم استلام المحبط على غير رضا ، وينتهى الأمر فى الحالتين إلى ما لا تحمد عقباه .

ويمكننا أن نضيف إلى الاختلافات فى أنماط الشخصيات والنظم التمثيلية والبرامج العقلية العليا التى تحكم السلوك الإنسانى (والتى ذكرناها تفصيلاً فى كتابنا متعة الاختلاف) بعدًا لا يقل أهمية فى تفسير اختلاف أفكار ومشاعر ودوافع كل من الرجل والمرأة ، ومن ثم اختلاف سلوك كل منهما وتعاملاته وردود أفعاله تجاه المواقف المختلفة ، هذا البعد المهم يتمثل فى الاختلافات النفسية بين الرجل والمرأة ، وهو ما ينبغى إسقاطه دون أدنى شك على العلاقة الزوجية باعتبارها علاقة بين رجل وامرأة فى المقام الأول ، ومن أهم تلك الاختلافات ما يلى :

أولاً: الاختلاف فى نمط التفكير واتخاذ القرار:

من المعروف أن الرجل بطبيعته -وحديثنا هنا عن الحالة العامة مع مراعاة أنه لكل قاعدة استثناءاتها - يستطيع استخدام العقل التحليلى أكثر من العقل العاطفى بمعنى أنه لديه القدرة على ترجيح كفة العقل وتغليب الفكر على المشاعر بعكس المرأة مما قد يخلق نوعًا من المشاكل مرده الأساسى شعور المرأة بأن

زوجها لا يتفاعل معها عاطفياً وربما لا يحبها، فى حين ينظر الرجل إلى زوجته على أنها خيالية تريد أن تعيش فى عالم من الرومانسية، ولا تقدر حجم المسئوليات والأعباء الملقاة على عاتقه؛ مما يخلق فجوة بين الزوجين تظل تتسع وتتفاقم إذا لم يفطن لها الزوجان ويتعاملا معها بحكمة (كما سنرى فى الجزء الخاص بعلاج المشكلات الزوجية من هذا الكتاب إن شاء الله تعالى).

ثانياً: الاختلاف فى تفسير الحب:

لأن الرجل يغلب على تفكيره المنطق والتحليل فهو يفسر الحب تفسيراً مبنياً أيضًا على المنطق والتحليل، فالحب لديه عبارة عن التصرفات والسلوكيات الدالة عليه، فهو يفسر لزوجته حبه لها من خلال الأدلة التى يقدمها لها، وذلك من خلال تلبية مطالبها وحمايتها والغيرة عليها.. وغير ذلك، كما يفسر حبها له من خلال اهتمامها به وببيتها وأولادها.. وغير ذلك.

هذا بينما نجد أن المرأة تفسر الحب بكلمات تنتظر سماعها من زوجها ونظرات تحب أن تراها فى عينيه ولمسات رقيقة وجو رومانسى تتمنى أن يسود فى علاقتها بزوجها... وعندما لا تجد كل هذا أو شيئًا منه تصاب بقدر من الإحباط، وتشعر بالضيق من المشاعر الجافة التى يقابل بها الزوج مشاعرها الدفاقة، فالمرأة تهتم بالعاطفة وتمجدها بينما الرجل يهتم أكثر بالجوانب العملية.

ثالثاً: الاختلاف فى التعبير عن المشاعر:

كما يختلف تفسير كل من الرجل والمرأة للحب يختلف أيضًا أسلوب تعبير كل منهما عن مشاعره وأحاسيسه تجاه الآخر، فالرجل يعبر عن حبه لزوجته

بتصرفات وسلوكيات عملية مثل اجتهاده فى مجال عمله من أجل توفير مستوى معيشى أفضل لها ولأبنائه، ولذلك نجده لا يجيد لغة المشاعر ولا يستخدم الملاطفة والمداعبة إلا مبررة، بمعنى أن تكون منطقية وفى وقت مناسب لها من وجهة نظره، ولهذا فبعض الأزواج لا يتحدثون بكلمات الحب إلا إذا انتزعتها الزوجة بذكائها العاطفى كما سنوضح فيما بعد، حتى إن الزوج إذا كان من الأشخاص الذين يغلب عليهم النظام التمثيلى السمعى (كما ورد فى متعة الاختلاف)، فربما لا يلاحظ حتى تزين زوجته له وما تقوم به من جهد لتثير إعجابه بها، أما الزوجة فتعبر عن الحب بالكلمات والنظرات وتريد من الزوج أن يبادلها تلك الكلمات والنظرات، حتى إذا فقدت الأمل أخذت تسأله من حين إلى آخر عما إذا كان يحبها، ليس لأنها تشك فى حبه لها، ولكن لأنها تحتاج لسماع تلك الكلمة منه وتأكيده لحبه لها باستمرار، وهى تحب الملامسة والملاطفة، كما تحتاج لسماع كلمات الشكر والتقدير لها على ما تبذله من جهد فى إعداد المنزل والعناية بالأبناء. . وهكذا.

رابعاً: الاختلاف فى رد الفعل تجاه المشكلات:

فالرجل عندما يواجه مشكلة أو موقفًا معينًا يكون لديه رغبة فى الانزواء والخلوة بنفسه، ليفكر فى الحل أو على الأقل ينفصل عن مناخ المشكلة ليستطيع التفكير والوصول إلى حل منطقى، وقد يدفعه ذلك إلى أن يتصنع أنه يركز فى قراءة جريدة أو أنه منشغل ببرنامج تلفزيونى، أو يجلس أمام شاشة الكمبيوتر. . إلخ.

وتظهر المشكلة هنا فى كون المرأة تبحث عن التواصل أثناء المشكلة وترتاح عن طريق الكلام و «الفضفضة»، حتى لو لم تصل إلى حل للمشكلة ذاتها وهو

ما يدفعها دون أن تشعر لملاحقة الزوج للحديث معه بشأن موضوع المشكلة دون أن تدرى أنه بالفعل يحتاج إلى أن يكون بمفرده بعض الوقت، وإذا زاد الأمر عن حده ربما يثور الزوج ويفقد سيطرته على أعصابه أو يضطر الزوج للخروج من المنزل هربًا من ملاحقة الزوجة.

وقد تضطر الزوجة للبحث عن مستمع آخر تبث شكواها إليه سواء الأم أو صديقة أو جارة لها . . وغير ذلك.

فالمرأة تبحث عمّن يشاركها مشكلاتها ولو بالأحاسيس، بينما الرجل يتسم بالكتمان ولا يشارك إلا من يثق به تمامًا، ويستطيع أن يساعده فى الوصول إلى حل عملى للمشكلة.

ثمة اختلاف آخر بين الرجل والمرأة فيما يتعلق بالتعامل مع المشكلات التى يواجهانها. فالمرأة إذا وقعت فى مشكلة تفتحت فى ذهنها مشكلات أخرى، حيث يقوم عقلها اللاواعى بفتح جميع الملفات العقلية المشابهة لملف المشكلة، فتبدأ فى سرد هذه المشكلات وتتذكر مشاكل وأزمات ومواقف ماضية مما يزيد المشكلة الأصلية تعقيداً ويؤدى إلى تشابكها وتعقدها، وهذا ما ورد فى حديث الرسول ﷺ عن أن الزوجة إذا رأت من زوجها شيئًا تكرهه أقسمت أنها لم ترَ منه خيراً قط.

أما الرجل فإنه يركز على المشكلة نفسها باحثًا عن الحل، وإذا عجز عن إيجاد الحل يلجأ للهروب والانزواء.

خامساً: الاختلاف فى طريقة عرض الموضوعات:

فالرجل يغلب على تفكيره وسلوكه برنامج «الإجمال» وهو أحد البرامج العقلية العليا التى تحكم السلوك الإنسانى، بمعنى أن الرجل يفضل الإيجاز فى الحديث

واستخدام أسلوب الإجمال، وهو بذلك يمل من سرد التفاصيل الدقيقة، فى حين تفضل المرأة الاستطراد فى عرض التفاصيل حيث يحكمها فى أغلب الأحوال برنامج «التفصيل»، وهى بذلك تلقى باللوم على الزوج الذى لا يعطيها الفرصة للحديث ويجيبها بكلمات محدودة وقليلة والذى قد تعتبره المرأة أحيانًا من قبيل عدم اهتمام الزوج بحديثها أو عدم رغبته فى التحاور معها . . .

سادساً: الاختلاف فى أداء المهام:

فالمرأة خلقها الله -تعالى- بتكوين ذهنى يمكنها من التركيز فى أكثر من شىء وأداء أكثر من عمل فى وقت واحد، بينما لا يستطيع الرجل أن يركز إلا فى شىء واحد فى لحظة معينة، ويرتبط ذلك بأحد البرامج العقلية العليا التى تحكم السلوك الإنسانى أيضًا، وهو برنامج التعامل مع الزمن، فالمرأة تستطيع أن تطبخ مثلاً عدة أصناف من الأكل معًا، وتقوم بغسل الأطباق أثناء الطهى وقد تتحدث فى التليفون وهى ترضع طفلها وتقوم فى الوقت نفسه بتقطيع الخضراوات . . وهكذا، وغالبًا ما تفكر أثناء أداء عمل معين فيما عليها أن تنجزه بعد إتمام هذا العمل، بينما الرجل يصب كل تركيزه فى العمل الذى بين يديه بحيث قد لا ينتبه لعنصر الوقت، ولا يشغل باله كثيراً بما تبقى لديه من مهام إلا بعد إتمام المهمة التى بين يديه . .

وربما يفسر لنا هذا الاختلاف موقفًا يتكرر بصورة شبه يومية بين الأزواج والزوجات، حين ينشغل الزوج بمكالمة هاتفية وتتحدث إليه الزوجة فى الوقت نفسه إما فى أمر يرتبط بالمكالمة أو فى أى أمر آخر، حتى إنه قد يتوقف عن الحديث فى الهاتف لحظة ليقول لها العبارة الشهيرة:

«هو أنا عندى كام ودن؟ أسمعك ولا أسمعه؟ أركز معاكى ولا أركز فى المكالمة؟».

سابعاً: الاختلاف فى متطلبات العلاقة الخاصة:

فالمرأة بطبيعتها الأقرب إلى الخيال والرومانسية وتقديسها للمشاعر والعواطف لا تنظر إلى العلاقة الخاصة مع الزوج على أنها علاقة إشباع حاجة فطرية فحسب، ولكنها تعتبرها نوعًا من أنواع التعبير عن قوة المشاعر وحرارة الأشواق تجاه زوجها، ومن ثم فنقطة البداية بالنسبة إليها هى المشاعر ونقطة النهاية أيضًا هى المشاعر، فهى تحب أن تشعر بحنين زوجها وشوقه إليها وإعجابه بها ولهفته عليها، وتهوى سماع كلمات الحب وتحتاج إلى اللمسات الحانية والرقيقة ليثير ذلك رغبتها الفطرية الكامنة، خاصة وأن مناطق الإحساس لدى المرأة تنتشر فى كل جزء من أجزاء جسمها، ولهذا فقد تعانى كثيراً من الرجل العملى الذى لا يستطيع أن يتخلص من هذه الصفة أثناء العلاقة، فتكون مقدماته مرتبطة منطقياً بالنتائج التى يريد الحصول عليها خاصة، وأن مناطق الإحساس لديه تتركز فى مناطق محددة، وقد يدفعه ذلك إلى أن يتعجل الجانب المادى للعلاقة على حساب الجانب الرومانسى الذى يمثل بالنسبة إلى المرأة الدينامو الذى يحرك الإحساس ويفجر المشاعر ويجعلها تمنح العلاقة كامل طاقتها وحيويتها.

كذلك لأن المرأة أكثر ميلاً للخيال، فقد تفضل أن تغمض عينيها أثناء العلاقة لتطلق العنان لمشاعرها وتطلقها دون قيود..

أما الرجل فربما يفضل فى كثير من الأحيان أن يستعين بالنظر والرؤية على الخيال لإثارة مشاعره.

ونظرًا لهذا الاختلاف الملحوظ فإنه لا يستغرب أن تحتاج المرأة بعد انتهاء العلاقة الخاصة مباشرة إلى الحنان وأن يحتضنها الزوج ويستمر فى التواصل النفسى معها ولو لبضع دقائق، أما الزوج فيحتاج فى هذا الوقت إلى الاسترخاء والراحة وأحيانًا إلى النوم . . .

ولن أتطرق فى تفاصيل هذه النقطة أكثر من ذلك؛ لأنها تحتاج إلى قدر من الشفافية والمكاشفة بين الزوج والزوجة؛ ليتلمس كل منهما ما يستطيع أن يرضى به الآخر ويبذل ما يستطيع من جهد لإشباع رغباته، ولا شك أن سعادة كل منهما هى سعادة للآخر، فقد بلغا من الحب والعشرة مبلغًا يعينهما على ذلك .

وبالطبع فإن الاختلافات بين الرجل والمرأة كثيرة إلى درجة يصعب حصرها، يقول تعالى وقوله الحق :

﴿ وَلَيْسَ الذَّكَرُ كَالأُنثَىٰ ﴾ [آل عمران: ٣٧] .

فالتركيبة الجسدية لكل من الرجل والمرأة مختلفة، والتركيبة الذهنية مختلفة، والتركيبة النفسية مختلفة، حتى إن الأحكام الفقهية فيما يتعلق بكل من الرجل والمرأة توجب هذا الاختلاف .

لهذا يحتاج كل من الزوجين إلى التعامل مع هذا الاختلاف باعتباره واقعًا لا يمكن تغييره ولا ينبغى حتى محاولة تغييره، وما يجب تغييره هو الأسلوب التصادمى الذى يستخدمه الزوجان للتعامل مع هذا الواقع إلى درجة ربما تصل إلى التحدى بين الزوجين، من منهما يستطيع أن ينتصر على الآخر ليجعله مثله؟

وقد يستمر الصراع إلى ما شاء الله له أن يستمر طالما أن تركيز كل منهما قد اتجه نحو تغيير الآخر دون إدراك أن الحياة يمكن أن تستمر، وتكون أكثر متعة وإثارة إذا تعامل كل طرف مع الآخر من منطلق الاختلاف الطبيعي والفطرى بينهما، وليعلم الأزواج والزوجات أن الاختلاف ظاهرة صحية، فلنجعله إثراءً للعلاقة لا تدميراً لها.

♥♥♥

السر الرابع

فن التناغم الزوجي

من فطرة الله -تعالى- التي فطر الناس عليها غريزة الانجذاب للجنس الآخر . .

وقد قننت لنا شريعتنا الغراء هذه الغريزة بما يضفي عليها لمسات روحانية تميزها عن الغرائز الحيوانية الهوجاء، ليصبح ذلك الانجذاب حنينًا إلى السكن ومدعاة إلى المودة والرحمة إليه، يقول تعالى:

﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن نَّفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالاً كَثِيراً وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيباً ﴾ [النساء: ١]

ولنمعن معًا في دقة وعظمة الكلمات التي انتقاها الخالق -عز وجل- وارتضاها دستوراً للزوجين . .

ما أروع كلمة «خلق منها زوجها» وكأن الأصل أنهما نفس واحدة أو لنقل: إن كليهما قطعة من الآخر . .

وما أجمل كلمة «ليسكن إليها» التي تشعرنا باحتضان النفس للنفس ودفء الراحة عند اللقاء . .

حقاً إنه سكن نفسي، وإشباع جسدي، وشعور بالأمن والسكينة، ويقين بقدسية العلاقة، وإحساس بتسامي العواطف والمودة الصادقة . .

فالعلاقة الزوجية علاقة عقل وعاطفة، علاقة قلبين بينهما من الحب والتقدير ما يمكنهما من التغلب على مصاعب الحياة ومشاقها.

ويكفى ما أنزله المولى -عز وجل- فى شأن هذه العلاقة من قرآن يتلى إلى قيام الساعة، يقول تعالى:

﴿ وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُم مِّنْ أَنفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ ﴾ [الروم: ٢١].

وقد أعجبنى تشبيه للحياة الزوجية بقرص من العسل تبنيه نحلتان، وكلما زاد الجهد فيه زادت حلاوته.

كثير من الأزواج والزوجات يركزون على جانب واحد أو جوانب محدودة للحياة الزوجية، فمنهم من يركز على جانب المسئوليات والأعباء الملقاة على عاتقه، ومنهم من يركز على جانب الحقوق والواجبات الزوجية، ومنهم من يركز على واقع المشكلات القائمة وربما المتوقعة فى المستقبل..

لكن الحقيقة غير ذلك، فجوانب الحياة الزوجية متعددة إلى درجة يمكن أن تعطيها قدراً من المرونة يكفى لتحقيق ما يطمح إليه الزوجان من التوافق الروحى والعاطفى بينهما..

تحضرنى هنا قصة «الفيل والعميان»، والتى تحكى عن مجموعة من مكفوفى البصر تم إدخالهم فى مكان وضع به فيل ضخم وطلب من كل منهم أن يتفحص بيديه هذا الفيل (دون أن يعلم أنه فيل) ثم يصف ما وجده، فتلمس أحدهم بيديه حتى أمسك بخرطوم الفيل وقال: إنه شىء طويل مبروم فى نهايته ثقب

واسع، وجاءت يد الآخر على بطن الفيل فقال: إن هذا الشيء هو كتلة رخوة من اللحم والجلد، وجاءت يد الثالث على ساق الفيل فقال: هذا الشيء هو عبارة عن عمود مثبت على الأرض سميك من أعلاه ثم يضيق من أسفل.. وهكذا كلما وضع أحدهم يده على جزء من الفيل وصف الفيل وكأنه هو ذلك الجزء..

وكذلك الحياة الزوجية يصفها كل زوج وكل زوجة بإدراكه لها، وكأن هذا الجانب من الحياة الزوجية هو الزواج نفسه، لكن واقع الحال يخبر أن الحياة الزوجية لا يمكن أن تتجزأ بهذه الصورة، فهي كيان متسق يجب أن يكون فيه من الحب ما يعين على تخطي المحن والأزمات.. ومن العطاء ما يعين على حمل الأعباء ومن التوافق ما يعين على مواجهة المشكلات ومن المرونة ما يعين على تقبل الاختلافات..

وهنا يبدأ التناغم الزوجي الذي يجعل الزوجين يشعران أنهما واحد في مواجهة التحديات، فمهام الحياة ومسئولياتها تجعل يديهما أكثر تشابكًا، ومشكلات الحياة وأزماتها تجعل قلبيهما أكثر تعانقًا، ومرور السنوات عليهما تجعل أرواحهما أكثر توافقًا، فحياتهما معًا هنا ما هي إلا طريق عليهما السير فيه بكل عثراته وعقباته وصعابه ومشاقه إلى أن يصلا معًا إلى حياتهما الأبدية، في دار فيها ما لم يخطر على قلب بشر، سعادة ونعيم بلا مسئولية، معًا في دار الخلود لا في دار الفناء..

من الأسئلة الطريفة التي تقابلني في الدورات والمحاضرات التي ألقيها في موضوع العلاقات الزوجية الناجحة، أيضًا في الاستشارات الزوجية سؤال يتكرر كثيرًا على ألسنة الزوجات..

تسألنى الزوجة: هل سيصبح زوجى فى الدنيا هو زوجى فى الجنة أيضًا؟ حتى لو كان قد نغص علىّ حياتى فى الدنيا؟ ألا يكفيه الحور العين التى وعده الله بهم؟..

وتتطرق الأسئلة إلى ما هو أبعد من ذلك، لكن لنتوقف عند هذه الجزئية للرد عليها..

وإجابتى عن هذا السؤال تتلخص فى ثلاثة أسئلة أطرحها على الزوجة لتجيب بنفسها عن السؤال الذى طالما حيرها:

أولاً: هل يستطيع الخالق -عز وجل- الذى خلق زوجك بما فيه من صفات حسنة وسيئة أن يخلقه لك من جديد على وجه أفضل مما تتمنين، وعلى أجمل مما يمكن أن يصل إليه خيالك؟

ثانيًا: ألا يستطيع من خلقك وخلق الحور العين أن يعيد خلقك يوم القيامة على صورة أجمل منهن لينخلع قلب زوجك شوقًا إليك وزهدًا فيهن؟

ثالثًا: ألا يستطيع خالقك أن يجعل زوجك فى كل لحظة بصورة مختلفة وحال مختلف، وكأنه آلاف بل وملايين الرجال فتفوق سعادتك به سعادته بالحور العين؟

إن المقاييس يومذاك مختلفة، لا أنت أنت، ولا هو هو، ولا مشاعر الغيرة ستظل بداخلك، ولا تقييمكما للأمور سيظل على حاله، ولا... ولا... ولا...

كل ما نحتاجه أن نصدق الله فيصدقنا وعده..

فلتكن العلاقة بيننا وبين أزواجنا علاقة حب فى الله وحياتنا معهم لله وبالله وفى طاعة ومرضاة الله .

فنحن رفقاء على درب واحد، تقود سفينة واحدة، عيوننا على هدف واحد، تجمعنا مشاعر الحب وأواصر المودة، يسكن كلانا وجدان الآخر .

وبالطبع فإن هذا كله لا يتسق أبداً مع ما قد تشهده جدران بعض البيوت من تصحر فى الحياة الزوجية، وجفاف فى المشاعر، وجدب فى العبارات العاطفية والغزلية، ولقاءات جافة جامدة لا تتجاوز أحاديث الحياة اليومية وهمومها، والتذكير بالواجبات المنزلية ومشكلاتها .

وإذا كان الأصل فى علاقة الزواج أنها علاقة شراكة بين طرفين فإن المولى -عز وجل- هو ثالث الشريكين ما لم يخن أحدهما الآخر .

ولكى تحيط العلاقة بين الزوجين يد الرعاية والبركة يجب أن يكون الحب بين الزوجين حبّاً فى الله، واللقاء بينهما لقاء على طاعة الله، إنها النية التى تحول العادات إلى عبادات وتجعل متع الحياة طاعات يثاب فاعلها . .

ومن ذلك ما رواه النبى ﷺ فى حديثه :

«... وفى بضع أحدكم صدقة، قالوا: يا رسول الله، أيأتى أحدنا شهوته ويكون له صدقة؟ قال: أرأيتم إن وضعها فى حرام أتكون عليه وزر؟ قالوا: بلى، قال: كذلك إن وضعها فى حلال كان له بها صدقة..».

ومن الأمور التى يبارك الله بها فى العلاقة بين الزوجين ويخلق جواً من العاطفة والرفق داخل الأسرة أن يلتقى الزوجان على طاعة الله، على الصلاة

والصيام والذكر والدعاء، ومن ذلك ما رواه أبو هريرة –رضى الله عنه– حين قال: قال رسول الله ﷺ: **«رحم الله رجلاً قام الليل فصلى وأيقظ امرأته، فإن أبت نضح فى وجهها الماء، ورحم الله امرأة قامت الليل لتصلى فأيقظت زوجها فإن أبى نضحت فى وجهه الماء».**

ومن ذلك أيضًا قوله صلوات الله وسلامه عليه: **«إذا أيقظ الرجل أهله من الليل فصليا ركعتين جميعًا.. كتبا فى الذاكرين والذاكرات».**

والناظر إلى سيرة المصطفى ﷺ يرى كيف كان صلوات الله وسلامه عليه يعطى الكيان الأسرى حقه من العناية ويوليه قدرًا كبيرًا من الاهتمام والرعاية، والأمثلة على ذلك من الكثرة بما يجعل محاولة حصرها نوع من العبث، ولكن نوجز منها البعض، وهو بلا شك لا يمثل سوى أقل القليل مما تنطوى عليه حياته ﷺ فى هذا الصدد..

من ذلك مثلاً ما روى من أنه كان يشرب ويأكل مع زوجته فى موضع واحد، وذلك لحديث عائشة: كنت أشرب فأناوله النبى ﷺ فيضع فاه على موضع فىّ، وأتعرق العرق فيضع فاه على موضع فىّ (أى فمى).

كذلك كان رسول الله ﷺ يتكئ فى حجر عائشة وهى حائض، ومن المعروف أن المرأة تعانى فى أيام الحيض من كل شهر نوعًا من الانكسار النفسى والحرج وضعف الثقة بالنفس، لكن ترى ماذا يكون شعورها حين يجالسها زوجها ويضع رأسه فى حجرها فى تلك الأيام؟ ألا يدعم ذلك من ثقتها بنفسها ويشعرها بمراعاة زوجها لمشاعرها وظروفها النفسية؟

كذلك تروى عائشة أنها كانت تمشط لرسول الله -تعالى- شعره وتقلم أظافره، تقول عائشة رضى الله عنها:

«كان رسول الله - ﷺ - يدخل عليّ رأسه وهو في المسجد فأرجّله».

ومما عرف عنه ﷺ أيضًا أنه كان يتنزه مع زوجته ليلاً لما رواه البخارى فى صحيحه: «كان النبى ﷺ إذا كان بالليل سار مع عائشة يتحدث».

ومما أثر عنه -صلوات الله وسلامه عليه- مساعدته زوجاته فى أعباء المنزل، فقد جاء فى صحيح البخارى أنه لما سئلت عائشة ما كان النبى ﷺ يصنع فى بيته قالت: كان في مهنة أهله.

وقد أوصى سيد الخلق -صلوات الله وسلامه عليه- أن ينظر الرجل إلى محاسن زوجته، وذلك بقوله ﷺ: «لا يفرك مؤمن مؤمنة، إن كره منها خلقًا رضى منها آخر».

أيضًا من وصاياه الثمينة للزوج قوله ﷺ: «إذا أبصر أحدكم امرأة فليأت أهله فإن ذلك يرد ما فى نفسه».

ومن أهم الدعائم التى تقوم عليها العلاقة الزوجية الناجحة وتستقيم بها أن يكون بين الزوج وزوجته سر لا يجوز الاطلاع عليه أو التحدث به حتى مع أقرب الأقرباء..

قال ﷺ: «إن من أشر الناس عند الله منزلة يوم القيامة الرجل يفضى إلى امرأته وتفضى إليه ثم ينشر سرها».

وإن كان الحديث هنا قد وجه فيما يخص الرجل، فهو فيما يتعلق بالمرأة أشد، فشر النساء عند الله -تعالى- من تفشى سر ما يدور بينها وبين زوجها فى علاقتهما الخاصة، فلهذا الأمر قدسيته وحرمته عند الله تعالى.

ومن المهم جداً لإحداث نوع من التناغم بين الزوجين أن يتلمس كل منهما مشاعر الآخر، ويمتلك القدرة على الغوص فى أعماق نفسه ليكشف عن مدى رضاه أو عدمه..

عن رسول الله ﷺ أنه قال لعائشة: **«إنى لأعلم إذا كنت عنى راضية وإذا كنت عنى غضبى.. أما إذا كنت عنى راضية فإنك تقولين: ورب محمد، وإذا كنت عنى غضبى قلت: ورب إبراهيم»**.

وإذا كنا نتحدث عن فن التناغم الزوجى ولغة الحب والمشاعر فعلينا أن ندرك أن البيوت ينبغى أن تبنى على الحب الذى يدعمه المنطق وتغذوه الحكمة، أما البيوت التى تبنى على المنطق فقط فهى أشبه ما تكون ببيت العنكبوت، تعصف به رياح الخريف قبل أن تطيح به عواصف الشتاء.

ومن القصص الطريفة التى سمعتها أن زوجة سألت زوجها قائلة: أريد أن أعرف لماذا أنت تحبنى؟

فأجابها الزوج: لا يمكننى أن أحدد السبب بالضبط، لكنى فعلاً أحبك..

فما كان منها إلا أن ثارت قائلة: أنت حتى لا تعرف سبب حبك لى.. كيف تقول لى إنك تحبنى وأنت لاتعرف لماذا أحببتنى؟

وبعد جدال طويل وإصرار من الزوجة على أن تعرف سببًا منطقياً يثبت حبه لها قال لها الزوج: حسنًا.. أنا أحبك لأنك جميلة جداً، ولأنك تهتمين بى وتحبيننى كثيراً.

ولأن روحك كلها أمل وتفاؤل.. ولأن ابتسامتك ساحرة وجذابة، الخلاصة أحبك لكل حركة وسكنة فيكِ وكل خطوة تمشينها.

وبعد بضعة أيام وقع للزوجة حادث بليغ وأصيبت فيه إصابات بالغة، وعندما أتى الزوج لزيارتها بالمستشفى وضع بجانبها رسالة قصيرة كتب فيها:

«عزيزتى: لو كان الحب يتطلب أسبابًا، فأنت الآن لا تملكين أى سبب منها.. لكنى ما زلت أحبك، وسأظل أحبك ما حييتَ».

نعم.. إن البيوت يجب أن تبنى على الحب وتحيا بالحب، ويكون منطقها وديدنها هو الحب. والمهم أن لا ينسى الكثير من الأزواج بعد سنوات من الزواج مهما طالت تبادل الكلمات الرقيقة والنظرات الحانية واللمسات الدافئة، حتى لا تتبلد مشاعر الحب ولا تخبو نار الشوق، ثم يشتكى الزوجان من رتابة الحياة الزوجية وبرود المشاعر.

دعونى هنا أفش سراً أعتقد أنه لا بد من إفشائه لأهميته كسر من أسرار التناغم الزوجى، فقدَ أثبت أحد الأبحاث العلمية فى جامعة شيكاغو الأمريكية حدوث تغيرات مثيرة فى لعاب الرجل عندما يندمج فى حوار حتى ولو كان قصيراً مع امرأة جذابة، ووجد أن لعابه يبدأ بالسيلان خلال بضع دقائق من المغازلة معها، وكلما حاول التعبير عن نفسه بصورة تكفى لترك انطباع جيد عند المرأة سال لعابه أكثر.

وقد أثبت اختبار التفاعلات الهرمونية وتحليل عينات اللعاب بالفعل وجود مستويات عالية من الهرمون الجنسى الذكرى «تستوستيرون» بعد دقائق من ذلك الحوار.

وأكدت أبحاث تجريبية أخرى أن لعاب الرجل يشهد فعليّاً الكثير من التغيرات الحيوية والفسيولوجية، وأهمها زيادة نسبة الهرمون الذكرى فيه بعد دقائق من الحوار مع امرأة جذابة، الجاذبية هنا لا يقصد بها جمال الملامح وإنما يقصد بها مقاييس أخرى قد يكون الجمال أحدها، لكن حسن الحوار والذكاء ونبرة الصوت ولين القول واختيار الكلمات البراقة وترتيب الأفكار بعناية . . . وغير ذلك، كلها تمنح المراة قدراً عاليًا من الجاذبية والجمال المعنوى والفكرى والروحى الذى يضيف إلى رصيدها لدى زوجها رصيداً يفوق فى أحيان كثيرة ما يضيفه رصيد المظهر الخارجى لها، وإن كنا لا نغفل أهمية جاذبية المظهر وجمال الصورة.

وقد تفسر لنا نتائج هذه الأبحاث الحكمة العظيمة التى تنطوى عليها الآية الكريمة: ﴿ فَلا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ وَقُلْنَ قَوْلاً مَّعْرُوفًا ﴾.

فلتخضعى إذن أيتها الزوجة بالقول لزوجك ولتتعلمى فن لين الحديث وجاذبية الحوار وثقى أن لهذا تأثير السحر على زوجك . . أثرى أنت فيه بدلاً من أن تؤثر فيه أخرى.

وحتى لا تلقى الزوجة بالتبعة على الزوج مطالبة إياه بمعسول الكلام، أوضح الخبراء أن درجة التغير فى كيميائية اللعاب اعتمدت على مدى اهتمام المرأة وما تظهره من لطف ورومانسية مع الرجل.

وجدير بالذكر هنا أن النساء اللاتى خضعن للدراسة لم تكن إحداهن ذات جمال خارق فوق العادة، وإنما كن ذوات قدر معقول من الجمال أو لنقل ذوات مظهر مقبول، مما يدل على أن الكثيرات يملكن قدرات خاصة لإسالة لعاب الرجال دون الحاجة إلى الجمال والفتنة الصارخين. وفسّر الباحثون ما يحدث أنه عندما ينجذب الرجل للمرأة (وحديثنا هنا بالطبع عن الزوج والزوجة) ويتحدث معها يرسل المخ رسائل متعددة إلى الغدة النخامية لينشط إفراز هرمون التستوستيرون لديه.

ويمكن قياس التغير فى هذا الهرمون بسهولة فى اللعاب. فهل لنا أن نتعلم من ذلك درسًا فى حياتنا الزوجية؟

لا شك أن التناغم الزوجي مطلوب وممكن، بقدر يسير من الجهد وقدر كبير جدًا من الحرص لدى الزوجين على أن يستمر الحب ويدوم بينهما فى الدنيا ليكون زادهما إلى الآخرة.

ولنا فى نبينا -صلوات الله وسلامه عليه- خير قدوة وأعلى مثل، لقد عاش مع السيدة خديجة -رضى الله عنها - خمسة وعشرين عامًا كلها محبة وسعادة، فلما ماتت لم ينس هذه السنوات واستمر يذكرها بالخير، ويهدى أصحابها الهدايا، ويتابع أخبار صديقاتها حبًا ووفاء لها.

وحتى لا توسوس نفوسنا بأن الأمر مختلف، وأننا لسنا كالنبى ﷺ أود أن أذكر شيئًا عن حب سيدنا على بن أبى طالب -رضى الله عنه- لزوجته فاطمة -رضى الله عنها وأرضاها- فى حياتها وبعد مماتها، فها هو ذا يدخل عليها الدار

يومًا وبيدها عود أراك (سواك) تسوك به أسنانها فينظر إليها نظرة العاشق الولهان، ويأخذ السواك من يدها ويخاطبه قائلاً:

هنئت يا عود الأراك بثغرها ... ما خفت يا عود الأراك أراكَ

لو كان غيرك يا سواكُ قتلته ... ما فاز مني يا سواكُ سواكَ

وها هو ذا بعد أن رحلت عنه يقف على قبرها ويبكي قائلاً:

حبيبى لا يعادله حبيب ... وما لسواه فى قلبى نصيب

حقاً إننا إذا أردنا تناغمًا فى حياتنا الزوجية وأن تستمر مشاعرنا دفاقة متأججة، لا تهزمها محن الحياة، ولا تكسرها تحدياتها وأزماتها، فعلينا أن نخطو كل يوم خطوة للتجديد والتغيير . .

فالملل والرتابة داخل البيت فى ظل تغيرات متلاحقة تلاحق قطرات المطر خارج البيت هى التى تجعل البيت وكأنه مقبرة أو تابوت تتوقف فيه الحياة لساعات ثم تستمر بعدها خارجه .

والتجديد هو الملاذ للخلاص من مرحلة التعود التى قلنا: إنها أخطر مرحلة يمكن أن تمر بها الحياة الزوجية، وإن كان التجديد والتغيير المستمر لا يمكن أن ينفى بحال من الأحوال أن هناك ثوابت تحتاج إلى قدر من الروتين الصحى اللازم للحفاظ على نظام الكيان الأسرى وحماية استقراره. إلا أن حديثنا هنا عن التغيير باعتباره مهارة يحتاج الزوجان إلى اكتسابها، وفناً يحتاجان إلى إتقانه حتى تظل الحياة الزوجية ممتعة ويستمر اللقاء الزوجى حاراً.

ومن أمثلة ذلك تجديد فى المظهر الذى يرى به كلاهما الآخر، تجديد فى ترتيب البيت ونظامه، تجديد فى العادات والطقوس اليومية، تجديد فى الأفكار والقراءات والهوايات، تجديد فى الحوار الزوجي . .

وقد تكون من أهم نقاط ومحاور التجديد فى الحياة الزوجية التجديد والابتكار في العلاقة الخاصة؛ لأنها تتعلق بالزوجين فقط وتمثل بالنسبة إليهما مؤشراً مهماً على السعادة الزوجية، كما أن التغيير فيها يكون مردوده سريعًا وملحوظًا ومباشراً . . ومن ذلك مثلاً تغيير فى المكان الذى تتم فيه هذه العلاقة وفى الأسلوب الذى تتم به وفى الأوقات التى تتم فيها . . وغير ذلك .

وقد ذكر ابن القيم -رحمه الله تعالى- أن وقت النهار من أفضل الأوقات لهذا الأمر؛ لأن النهار محل انتشار الحركات، والليل وقت تبرد فيه الحواس وتطلب حظها من السكون، واستشهد فى ذلك بقوله تعالى: ﴿هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ﴾ [يونس: ٦٧].

كذلك من الأمور البسيطة التى تصنع جواً من التناغم بين الزوجين أن يشارك كل من الزوجين الآخر اهتماماته، ويسعى إلى تلبية رغباته وحاجاته عن رضا نفس وطيب خاطر . .

دعونا نتخيل معًا هذا المنظر الزوجي البديع ترويه لنا أمنا عائشة -رضى الله عنها- فيما معناه أنه فى يوم عيد كان الأولاد يلعبون بالقرب من شرفة دار النبى ﷺ، فأرادت عائشة (وكانت آنذاك صغيرة السن) أن تنظر إليهم فطلبت من النبى ﷺ أن يأذن لها بذلك . . قال لها صلوات الله وسلامه عليه: «تشتهين تنظرين»؟ فقالت له: نعم، فما كان منه وهو سيد الخلق إلا أن أقامها وراءه

واضعًا خدها على خده الشريف حتى إذا ملت زوجته من النظر قال: «حسبك»؟ قالت: نعم. قال: «فاذهبى».

ما أجمل أن تكون الزوجة طفلة بين يدى زوجها، ويكون الزوج طفلاً بين يدى زوجته!!

لقد ضرب رسول الله ﷺ للأزواج أروع المثل فى متابعة زوجاتهم على ما يهوون - طالما أنه بالإمكان - بطريقة تشعرهم بالحب لهم.. إنه بناء الحب ورسول الحب ورسالة الحب!!

كان ﷺ يغتسل مع زوجته من إناء واحد وفى مكان واحد فتقول له: دع لى! ويقول لها: «دعى لى»!! ياله من امتزاج جسدى نفسى بين الزوجين متمم لما كان قبله من التقاء وامتزاج..

ويا لها من ملاطفة بريئة هادئة داخل بيت تنير المشاعر الجميلة كافة أركانه.

ويا له من أثر نفسى جميل على الزوجة وهى ترقب نظرات زوجها وقسمات وجهه وهو يتتبع أثرها فى الإناء!! فما أعظمك يا رسول الله وأنت ترسم لنا منهج الحب الذى تمتزج فيها الأجساد والأرواح!

هكذا تكون المتعة الدائمة فى الحياة الزوجية، متعة نفسية وروحية تصل بالشوق إلى قمته لتتحقق بعدها المتعة الجسدية..

الوصول إلى المتعة سهل، لكن الأهم هو بقاء هذه المتعة ودوامها!!

لذلك كان من أهم المهارات فى الحياة الزوجية، والتى تعين الزوجان على تحقيق التناغم الزوجى مهارة الاحتفاظ بهذه المتعة إلى نهاية الرحلة.

إن اللقاء بين الزوجين يجب أن يتم بين النفوس والقلوب أولاً ثم يحدث اللقاء الجسدى وإلا تحول الأخير إلى نوع من العذاب المتبادل يعذب فيه كل طرف الآخر بدلاً من أن يمتعه .

إن تزاوج القلوب والنفوس يحول هذا التواصل الجسدى إلى لغة للتعبير عن الحب بين الزوجين يعبر فيها كل طرف للآخر بلغة الجسد عن حبه عندما تعجز لغة الكلمات والعيون عن التعبير عنه .

لقد جعل الخالق -سبحانه وتعالى- اللقاء الجسدى بين الزوجين ليكون أسمى من مجرد وظيفة أو أداء لواجب أو إشباع لرغبة جسدية . . إنه توحد فى الجسد يعطى بعداً أقوى لتوحد الأرواح فى مشاعرها وعواطفها!!

ما أجمل أن يتعانق الزوجان بمجرد انفصال جسديهما بعد اللقاء فى شعور دافئ بالارتياح مرده ذلك الحب الذى شعر به كل منهما تجاه الآخر .

إن دوام اللذة والمتعة هو بدوام الحب وتجدده مع كل نبضة قلب ، ومع كل قطرة من عرق ، ومع تردد الأنفاس فى صدور العشاق . .

بالحب تدوم السعادة ، وتحلو الحياة ، ويتجدد الأمل ، ويتدفق العطاء ، ويهون العناء ، وتسكن الآلام ، وتداوى الجراح . . بالحب تحيا القلوب ، وتنعم الأرواح .

وحتى يرتفع رصيد الحب بين الزوجين عليهما أن يصارحا بعضهما بهذا الحب . .

مساكين هؤلاء الأزواج والزوجات الذين يبخلون على أنفسهم بكلمات الحب والأشواق . .

مساكين هؤلاء الذين يحرمون أنفسهم من متعة أن تكون الكلمات والنظرات واللمسات الرقيقة هى رسل الحب بينهم .

وأخيراً -وليس آخراً - فإن تحقيق التناغم الزوجي لا يحتاج سوى إلي إرادة ووعى بأهمية بذل الجهد فى التجديد والتغيير ونفض الرتابة عن الحياة الزوجية حتى يستمر الحب ويظل اللقاء حياً حاراً ومتجدداً ، وتقوى العلاقة فى طاعة الله ليبارك فيها ويجمع بين الزوجين فى خير .

السر الخامس

أفكار إبداعية في حل المشكلات الزوجية

في الدورات والمحاضرات التي أتناول فيها موضوع العلاقات الزوجية أواجه بعبارة مكررة مؤداها أن الحديث يجب أن يوجه أيضًا للأزوج، فلن تستطيع الزوجة بمفردها أن تفعل شيئًا.

وعندما يتطرق الحديث إلى المشكلات الزوجية تحديداً تزداد حدة صوت الزوجة وهي تطالب بأن يوجه الحديث إلى الأزواج؛ لأن الطرفين يجب أن يكون لديهما الوعي بكيفية التعامل مع تلك المشكلات، لذلك آثرت أن يكون حديثي في هذا الكتاب لكلا الزوجين، وأتمنى أن يقرآه معًا بقلوب مفتوحة وعقول مستنيرة، ورغبة حقيقية في بداية جديدة.

ما حياتنا إلا مجموعة من الخبرات والتجارب، فكلما كثرت التجارب لدى الإنسان استطاع أن يواجه صعوبات الحياة بصورة أفضل، وما المشاكل الزوجية إلا خبرات يكتسبها الزوجان لتزيد في رصيد كل منهما معرفة أكثر بالطرف الآخر مما يسهم في زيادة مقدرتهما على حل المشاكل المستقبلية بطريقة أفضل، بشرط أن يتم استثمار تلك الخبرات لوضع الخطط المستقبلية لحياة أفضل.

فعندما يواجه الزوجان مشكلة ما يعبر كل منهما عما فى نفسه وما يرجوه من الآخر، وبذلك يدرك كل طرف احتياجات الآخر وتقترب المساحة التفاهمية بينهما.

ولأن بعض الأزواج لا يتكلم أو يصارح إلا إذا مر بأزمة زوجية فإنه يمكن القول إن المشاكل الزوجية يجب أن تربى فى الزوجين الروح الرياضية فى التعامل معها بدلاً من الهروب من مواجهتها، فالهروب يؤدى إلى تفاقم المشاكل وتعقدها وقد تنتهى بالفشل فى استمرار العلاقة الزوجية.

وكما أن المشكلات والأزمات والتحديات التى نقابلها فى حياتنا هى جزء من الحياة نفسها وسنة من سنن الكون، فإن المشكلات الزوجية أيضًا هى جزء من الحياة الزوجية يكاد لا يخلو منها بيت.

ولا تقاس السعادة الزوجية بعدد المشكلات التى يتعرض لها الزوجان وإنما بقدرتهما على التعامل معها بنجاح، واعتبارها فرصة لكى يقترب كل منهما من الآخر ويصبحان قلبًا واحدًا فى مواجهة الأزمة.

وعندما يضغط كل منهما على يد الآخر بقوة وينظر فى عينيه بكل ثقة ويحتضنه بكل حب قائلاً: الحمد لله أننا معًا.. وقتها.. سيظهر الحل، وستتفتح أمامهما كل الأبواب الموصدة. وما يحتاجه الزوجان هنا هو اكتساب بعض المهارات التى يمكنهما التدرب عليها من خلال تعرضهما للخلافات الزوجية، خاصة تلك المهارات السلوكية كالصبر والعفو والتضحية وضبط

النفس وكظم الغيظ والحلم و الأناة والتسامح، والتى يمكن للزوجين أن يتعلمانها فى مدرسة الحياة الزوجية.

لكن للأسف الشديد نجد أنه غالبًا ما يعلق أصحاب المشكلة أسبابها على غيرهم، فالإنسان بطبيعته يحب أن يخلى نفسه من المسئوليات ويعلقها على الآخرين وهذا هو الشخص الضعيف السلبى..

أما الشخص الإيجابى فهو الذى يعترف بالمشكلة ويحاول حلها. ولهذا ينبغى على الأزواج أن يستفيدا منها ويحاسبا أنفسهم ليبدآن بوضع خطة لتطوير أنفسهما لمواجهة المشاكل المستقبلية[١].

والأصل أن المشاكل هى جزء طبيعى من الحياة بشكل عام، والحياة الزوجية بشكل خاص..

لذلك فليس من الحكمة إطلاقًا أن نبحث عن حياة بلا مشكلات، ولكن الحكمة والفطنة هى أن نتعلم كيف نتعامل مع المشكلات لنجعلها أخف وطأة بما يمكننا من الإفادة منها وتحويلها إلى خبرات مكتسبة من تجارب سابقة تعين على ما يليها من مشكلات مستقبلية متوقعة ومقبلة رضينا بذلك أم أبيناه.

وحينما نبحث عن أسباب المشكلات الزوجية نجدها متعددة ومتشعبة، وفى كثير من الأحيان تكون متشابكة، فكثيراً ما تكون المشكلات مثلاً نتيجة لتقصير

(١) المشاكل الزوجية وفن احتوائها – بتصرف.

أحد الطرفين أو كليهما فى أداء قدر من التزاماته وواجباته، من ذلك مثلاً التقصير الذى تعانيه الزوجة من قبل الزوج نتيجة لانشغاله وقضائه معظم وقته خارج البيت سواء فى أعمال الرزق أو الهوايات والاهتمامات الخاصة، وعدم الوقوف عند حد معين فى تحصيل أسباب الرزق، مما يؤدى إلى إهمال حقوق زوجته وأولاده عليه.

ومن أسباب المشاكل الزوجية أيضًا التعامل مع الزوجة والأولاد بالغلظة والشدة بدلاً من الحكمة والمودة والرحمة، أو عدم معاونة الزوج لزوجته فى توجيه الأولاد علمياً وتربوياً.

أيضًا فقدان الزوج أحيانًا التنبه إلى كونه القدوة لأولاده، وعدم إعداد نفسه ليكون قدوة صالحة لهم، بل ربما أتى بعكس المطلوب، كمناقشة المشاكل بصوت مرتفع، وتحقير الزوجة أو إهانتها أمام أولادها، أو الجلوس كثيراً أمام التلفاز ومتابعة بعض البرامج التى يلوم أبناءه أو يمنعهم إذا جلسوا أمامها.. وهكذا.

كذلك من المشكلات التى يعول عليها فى جانب الزوج عدم الاحترام الواجب لأهل زوجته ودفعها فى بعض الأحيان إلى عدم التواصل معهم، وربما إلى قطيعتهم، أو عدم الموازنة بين حق أهله وحق زوجته عليه.

وقد تظهر المشكلات لأسباب مادية مثل التقصير فى توفير احتياجات البيت وتحميل الزوجة المسئولية عن النقص فى تحقيق مطالبه ومطالب أولاده.

وإذا كانت هذه هي بعض أسباب المشكلات التي يلقى باللوم فيها على الزوج، فإن هناك مشكلات أخرى يمكن ردها إلى التقصير من جانب الزوجة مثل تقصيرها في أداء واجباتها تجاه زوجها وبيتها وأولادها كعدم الاهتمام بمظهرها، وإهمال ترتيب البيت ونظافة أولادها.

وقد تكون المشكلة في قلة القناعة بما قسم الله للأسرة من رزق، والتطلع إلى زخارف الدنيا لمجرد التقليد حتى في حالة عدم المقدرة.

كذلك أيضًا قد ترجع المشكلات إلى عدم قيام بواجباتها تجاه أهل زوجها وأقاربه - وخاصة الوالد والوالدة - وعدم الاهتمام بضيوفه.

وفي أحيان كثيرة تتفاقم المشكلات نتيجة لتعود الزوجة نشر أسرار بيتها بين القريبات والصديقات، وهي عادة سيئة تكلف الأسرة الكثير.

وقد تحدث المشكلات الزوجية بسبب أن في الزواج مفاجآت لمن لم يستعد له أو لمن لايعرف حقيقة الزواج ومستقبله، فقد يشعر المتزوج أحيانًا «بالوحدة»، على الرغم من وجود الطرف الآخر والأولاد في حياته..

وهذا أمر طبيعي في كل حالات الزواج، فلا يظن من يشعر بذلك أن زواجه غير سعيد أو أن حياته الاجتماعية خاطئة، بل الشعور بالوحدة أحيانًا ما يكون أمر طبيعي بشرط أن لا يسمح له الزوجان بأن يطول.

وقد يشعر أحد الطرفين أحيانًا بالفتور وعدم الشعور بوهجة الحب وحرارة الأشواق تجاه الطرف الآخر، وهذا كذلك أمر طبيعي في كل حالات الزواج ما لم يطول أيضًا.

إن دوام وهج الحب وحرارة الأشواق بدرجاتها العالية طوال الوقت وفى كل الأحوال هو أمر مستحيل، فللنفس إقبال وإدبار، والعلاقة العاطفية تمر بحالة مدٍّ وجزر.

وربما تحدث المشكلات بسبب إنكار أو تجاهل أحد الطرفين للتغير الطبيعي الذى يطرأ على أحد الزوجين فى الاهتمامات أو الشكل أو الهوايات أو القراءة.. وغير ذلك رغم أن هذا التغير هو بالفعل أمر طبيعي فى كل إنسان، وهو دليل تقدم الإنسان بالعمر ونضجه فى الحياة، فلا يستقيم أن ينكر أحد الزوجين على الآخر هذا التغيير..

فليس التغيير هنا هو مصدر المشكلات ولكن إنكار أحد الطرفين على الآخر هذا التغيير هو ما يؤدى إلى المشكلات.

كذلك ليس بالضرورة الاتفاق على كل شيء فى الحياة العائلية بين الزوجين، فبعض الأزواج يؤذيه كثرة الخلاف فى الآراء بين الزوجين، وهذا أمر طبيعي وموجود فى كل حالات الزواج؛ لأن ذلك من طبيعة البشر، ولكن السعادة فى أن نتعلم كيفية التعامل مع الخلاف.

وقد يصدم الزوجان عندما يكتشفان أنه ليس لكل مشكلة حل، وهذه مفاجأة كبيرة بالنسبة إليهما، لأنهما كانا يتوقعان أن لديهما القدرة على علاج كل المشاكل ونسيا أن الزمن فى كثير من الأحيان هو جزء من العلاج.

وقد يكون أحد أسباب المشاكل اعتقاد الزوجين أن أيام الزواج ولياليه كلها سعادة ومتعة وفرح، ويصطدمان بالواقع عندما يكتشفان أن الأيام متقلبة بين الحلو والمر.. وهذه مرحلة يمر بها جميع الأزواج.

إن كلا من الزوجين يعتقد أنه يضحي للآخر أكثر من الآخر، وعندما يتحاوران يكتشفان أن كل واحد منهما يرى أنه أكثر تضحية، فلا بد من التضحية حتى يسعد الزوجان من بداية الزواج حتى نهايته، فليس للتضحية عمر محدد.

ورغم تعدد أسباب المشكلات وتفاصيلها إلا أن الحلول لتلك المشكلات على قدر من اليسر؛ لأنها تستند إلى دعائم محددة وقواعد واضحة في التعامل، ومن ذلك مثلاً ما يلي:

أولاً: أن يحرص كل من الزوجين على حق الآخر قبل أن يطالبه بالتزاماته، مع مراعاة أن الحقوق والواجبات لا تقتصر على الجوانب المادية أو العينية فقط، وإنما لكل من الطرفين احتياجاته النفسية التي لا يستطيع إشباعها إلا من خلال رابطة الزواج التي تمد كل منهما بالغذاء العاطفي الذي يحتاج إليه ليستعين به على تحمل المشاق البدنية والنفسية.

ثانيًا: لين الجانب وحسن التفاهم وعدم الشجار أو رفع الصوت، فالغضب والانفعال والغلظة من الأمور التي تزيد من تعقد المشكلات وتحول دون التعامل معها بحكمة، والرفق عمومًا من الأمور المطلوبة بين الزوجين في كل الأحوال،

يقول رسولنا الكريم صلوات الله وسلامه عليه: «**ما وضع الرفق في شيء إلا زانه، وما نزع الرفق من شيء إلا شانه (أي عابه)**».

ثالثًا: أن يتحلى الزوجان بسمت العطاء بلا انتظار المقابل، حتى يجد كل منهما متعته في إمتاع الآخر، ويحصل على ما يريد بما يعطيه لا بما يأخذه.. وبذلك يتحرى كل منهما إسعاد الآخر واستيعابه نفسيّاً وماديّاً ليجد في ذلك متعته وراحته.

رابعًا: أن يعلم كلا الزوجين أن البيوت التي تبنى على الحب والمشاعر أقوى كثيراً من البيوت التي يبنيها أصحابها على الحسابات والمنطق.. فالأولى بيوت السعداء، والثانية بيوت المساكين.

خامسًا: عدم مناقشة الزوجين لخلافاتهما الشخصية ومشاكلهما أمام أولادهما أو أمام أي شخص ثالث مهما كانت قرابته لهم، اللهم إلا إذا اضطرتهم الظروف إلى إدخال شخص ثالث موثوق به في المشكلة لمساعدتهما في حلها، وذلك في أضيق الحدود.

سادسًا: وضع المشكلة في حجمها الطبيعي، حيث إن حجم المشكلة في أعين أصحابها تعتمد بدرجة كبيرة جداً على مدى تركيزهم عليها، وكثيراً ما نجد أن المشكلة في حد ذاتها مشكلة بسيطة، ولكن صاحبها يضعها تحت المجهر ولا يفكر فيها إلا بدرجة تصل به إلى أن يراها كالجبل يوشك أن يقع عليه، وهي في حقيقة الأمر كالذبابة التي وقفت على أنفه ولا يحتاج إلى أكثر من أن يطردها فتبتعد عنه. وهذا الفخ يوقع كثيراً من الأزواج والزوجات في شباكه ليروا -من

كثرة تركيزهم على المشكلات- أن الحياة الزوجية هى كتلة ضخمة من المشكلات يصعب إن لم يكن يستحيل حلها.

ويذكرنى ذلك بكلمة إحدى الزوجات: «**وصية أمي لي منذ تزوجت هي: كبريها تكبر، صغريها تصغر**»..

فالمشاكل والمواقف التى تمر بالزوجين، إن أخذت على أنها كبيرة ومهمة تصبح كبيرة، وإن نظر إليها على أنها صغيرة ولا تستحق الاهتمام البالغ صغرت وانقضت بسرعة.. الزوجان هما اللذان يحددان وزن الأمور بنظرتهما وتقييمهما واهتمامهما.

قال رسول الله ﷺ: «**إن الله -عز وجل- كريم يحب الكرماء ويحب معالي الأمور ويكره سفسافها**» ولذلك قال الإمام أحمد بن حنبل: تسعة أعشار حسن الخلق فى التغافل، ومعنى التغافل تكلُّف الغفلة مع العلم والإدراك لما يُتغافل عنه، تكرمًا وترفعًا عن سفساف الأمور.

وقد كان من الوصف الذى مدح به سيدنا على بن أبى طالب أنه كان فى بيته كالثعلب وخارجه كالليث. أى أنه كان كالمتناوم المغضى عينًا عن مجريات الأحداث التى تقع حوله، مع إدراكه وعلمه بها، إكرامًا لأهله، وألاّ يوقعهم فى حرج، وألاّ يرون منه التتبع الذى يرهق شعورهم ويشد أحاسيسهم.

وقال أنس بن مالك رضى الله عنه: «**كان رسول الله ﷺ لا يواجه أحدًا بشيء يكرهه**»..

إنه التغاضى الكريم حتى لا يحرج المشاعر أو يكسر الخاطر، وهذا بالطبع فى غير المعاصى ومغاضب الله.

ليتذكر الزوجان دومًا أن الحياة الزوجية قوامها المودة والرحمة، والحب والتفاهم، وحسن العشرة، والمشاركة، والتعاون. وأن الشياطين تسعى بكل ما أوتيت من حيل للإفساد والتفريق بين الأزواج، وكما يروى لنا حديث رسول الله ﷺ ما معناه أن أعلى الشياطين منزلة عند إبليس وأقربهم إليه وأدناهم منه منزلة ذلك الذى يفرق بين زوجين كما سبق وأن أشرنا.

قال تعالى: ﴿وَاتَّبَعُوا مَا تَتْلُو الشَّيَاطِينُ عَلَىٰ مُلْكِ سُلَيْمَانَ وَمَا كَفَرَ سُلَيْمَانُ وَلَٰكِنَّ الشَّيَاطِينَ كَفَرُوا يُعَلِّمُونَ النَّاسَ السِّحْرَ وَمَا أُنزِلَ عَلَى الْمَلَكَيْنِ بِبَابِلَ هَارُوتَ وَمَارُوتَ وَمَا يُعَلِّمَانِ مِنْ أَحَدٍ حَتَّىٰ يَقُولَا إِنَّمَا نَحْنُ فِتْنَةٌ فَلَا تَكْفُرْ فَيَتَعَلَّمُونَ مِنْهُمَا مَا يُفَرِّقُونَ بِهِ بَيْنَ الْمَرْءِ وَزَوْجِهِ وَمَا هُم بِضَارِّينَ بِهِ مِنْ أَحَدٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَيَتَعَلَّمُونَ مَا يَضُرُّهُمْ وَلَا يَنفَعُهُمْ وَلَقَدْ عَلِمُوا لَمَنِ اشْتَرَاهُ مَا لَهُ فِي الْآخِرَةِ مِنْ خَلَاقٍ وَلَبِئْسَ مَا شَرَوْا بِهِ أَنفُسَهُمْ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ﴾ [البقرة: ١٠٢].

فعلى كل زوجين أن يعلما أن شياطين الجن والإنس لهما بالمرصاد، فهم يتربصون بكل زوجين، ويضمرون لهما العداوة والبغضاء، فيصعّدون الخلافات البسيطة مما يجعلها ذات حجم أكبر من أصلها، وربما كانت سببًا فى إحداث الفرقة بينهما.

وإذا ترك الزوجان المشكلات التى تواجههما دون اتفاق على منهج محدد للتغلب عليها، فقد تعصف أمواج هذه المشكلات بحياتهما.

لا شك أن الإقناع والتفاهم والتحاور الهادئ والاعتراف بالأخطاء هو السبيل لحل الخلافات خاصة مع التحلي بالصبر والأناة، وترك الغضب والثورة.

ومن الأمور المهمة جداً أيضًا، والتي لا ينبغي على أي من الزوجين التغافل عنها أن يتذكر كل طرف إيجابيات الطرف الآخر، والمواقف الطيبة بينهما خلال فترة الخلاف، وعند مناقشة المشكلات.

وكما أوضحنا فإن الرابح الوحيد من الخلافات الزوجية هو عدو الله، فلتكن الزوجة ذكية حكيمة، لا تهجر بيت زوجها ولا تبحث عن حل لمشكلاتها إلا في داخل البيت. مع ضرورة إبعاد الأبناء عن المشكلات، فلا يختلف الزوجان أمامهم.

أيضًا مما ينبغي على الزوجين مراعاته السرعة في الحل، فلا يجوز ترك المشكلة وقتًا طويلاً قبل المبادرة لحلها وتقليل المدى الزمني للخلافات، فعلى الزوجين أن يتفقا على مدة زمنية ينتهي الخلاف عندها مهما كان.

ومن أهم الأمور التي يتميّز بها الأزواج السعداء أنه عندما تتعقد الأمور بينهما لا يتصلان فوراً بالأهل لحل المشكلة. ذلك أنه في بداية العلاقة الزوجية لا يزال الزوجان متعلقين بحياتهما السابقة في منزل العائلة ويشعران بالحاجة إلى الذهاب للزيارة بكثرة..

لكن مع الوقت وتوطّد العلاقة تبدأ هذه الزيارات بالتباعد، وهنا يجب ألاّ يعرف الأهل بدواخل العلاقة الزوجية إلا إذا استعصت الأمور على الحل.

وليس من الضرورى أن تعرف الأم بكل ما يجرى فى منزل ابنها أو ابنتها؛ لأن ذلك يزيد من الضغوط على العلاقة.

ما أشد حاجتنا -نحن الزوجات والأزواج- إلى نوع من التوازن فى التعامل مع المشكلات الزوجية.

وما أشد حاجتنا إلى السعى الجاد لإيجاد حل للمشكلة، وليس السعى للاقتناص والتربص كما يفعل البعض ممن يتربص بخطأ الآخر ليسجلها سابقة له تحفظ عليه فى سجل الأخطاء يستخدمها حال الحاجة إليها.

ها هو ذا رسول الله ﷺ يعلمنا كيف أن المشكلات بين الزوجين أمر طبيعى، لكن ما لايعد طبيعياً هو أن يسعى الزوج والزوجة إلى تعميق المشكلة لا إلى إيجاد الحل.

يختلف ﷺ مع زوجته عائشة -رضى الله عنها- فيطلب منها أن يحتكما إلى عمر -رضى الله عنه- فتأبى، فيقترح عليها أن يحتكما إلى أبيها أبى بكر -رضى الله عنه- فتوافق..

فلمّا وقف أبو بكر -رضى الله عنه- موقف الحكم بينهما قال لها ﷺ: «أأتكلم أم تتكلمين»؟ فتقول بحدة: بل تكلّم أنت!! فما أتمت هذه الكلمات حتى لطمها أبوها... فوقف ﷺ بين عائشة وأبيها قائلاً: «والله ما دعوناك لهذا»!!!

وما أشد حاجة الأزواج والزوجات إلى قدر من غض الطرف.. لا يعاتب على كل صغيرة وكبيرة، فأحيانًا ما يكون علاج الخطأ فى تجاهله، فهذا يقفل بابًا

كبيراً من أبواب المشاكل التى يمكن للزوجين تجنبها بشىء يسير من التغافل. أمر كان يفعله ﷺ حتى مع خادمه يقول أنس بن مالك رضى الله عنه: «خدمت الرسول ﷺ عشر سنين، ما قال لى لشىء فعلته لم فعلت هذا، ولا لشىء لم أفعله لِمَ لَمْ تفعل هذا!!

ولنتذكر معًا قصة شهيرة روتها لنا السيرة النبوية العطرة فيما يتعلق بتعامله ﷺ بالحكمة مع زوجاته وغض الطرف عن الأخطاء ما أمكن ذلك..

بينما كان رسولنا الكريم يجلس يومًا بين أصحابه فى بيته (بيت عائشة رضى الله عنها) أرسلت إحدى زوجاته الأخريات (وهى حفصة رضى الله عنها) قصعة بها طعام تحية له ولأصحابه، فوضعها ﷺ بين يدى ضيوفه ليسموا الله ويأكلوا منها، فما كان من عائشة -رضى الله عنها- إلا أن انتابتها حالة من الغيرة التى كثيراً ما تنتاب الزوجات فأطاحت بالقصعة ليهوى كل ما كان بها من طعام على الأرض..

ماذا يفعل القائد المهيب وقتها وقد حدث ذلك على مرأى ومسمع من ضيوفه وتلامذته؟ كيف يسترد كرامته أمامهم

كيف يرفع عينيه فى عيونهم بعد ذلك؟ ماذا سيقولون عنه؟..

لم يكن رسولنا القدوة ليشغل باله بشىء من ذلك، كان يتسامى عن مثل هذه الوساوس.. ما كان صلوات الله عليه ليعاتب على كل خطأ زوجى، لا يتصيد الأخطاء ولكن يتلمس الأعذار..

لم يعاقب ﷺ على السلوك، بل تخطاه نظره وتخطته بصيرته إلى ما وراء السلوك، إلى القيمة التى حركت هذا السلوك، إلى المشاعر التى هى وقود

السلوك . . نظر إلى كل ذلك فى ثوان معدودة فما كان من حبيبنا وسيدنا صلوات الله عليه إلا أن لملم الطعام بيديه الكريمتين وهو يبتسم قائلاً لأصحابه : «غارت أمكم..».

نعم، ما دفع الزوجة إلى مثل هذا الفعل إلا غيرتها على زوجها وحبها له . .

أغار عليك من عينى ومنى　　ومنك ومن زمانك والمكان

ولو أنى خبأتك فى عيونى　　إلى يوم القيامة ما كفانى

ترى هل وصلتنا الرسالة أم أنها لم تصل بعد؟ لقد أراد رسولنا ومعلمنا أن يرينا كيف أن غض الطرف كثيراً ما يكون ضماناً لاستمرار الحب ووقاءً من كثير من المشكلات .

السر السادس

همسات في آذان الأزواج والزوجات

عزيزتي الزوجة.. في أذنيك أهمس..

في زمان كثرت فيه الضغوط وتسارعت الخطوات في سباق محموم يسرق الأعمار ويطوي السنين طيّاً إلى أن يكون كل من الزوجين واحة استرخاء للآخر، نسمة الربيع التي تلطف حرارة الصيف، والملاذ الدافئ من برد الشتاء..

فلتسمحي لي يا أختاه أن أهمس في أذنك قائلة:

استقبلي زوجك ورفيق حياتك بالتهليل والترحيب وبث الأشواق.. اصحبيه إلى أن يجلس ويغير ملابسه.. اسأليه عن أحواله وظروفه اليومية.. حاولي تهدئته وضبط انفعالاتك أمامه وإن كان الحق معك.. لا تكوني نداً له فترادديه أو تستفزيه.. هيّئي له الفراش وقومي بتطييبه.. لا تثقلي عليه بالطلبات واجعليها منطقية.. احفظيه أثناء سفره في ماله وأولاده وبيته.. خففي من حركة الأطفال في وجوده حتى لا تزعجيه واحرصي على نومهم المبكر ليلاً.. تفنني في كسب قلب والديه، وبالأخص والدته وامتدحي زوجك أمامها..

رددي عليه أن المنزل من غيره لا يساوي شيئًا ولا تبخلي عليه بالكلمات الجميلة واللمسات الرقيقة والنظرات الحانية..

البسى له أجمل الثياب، وطيبى له جميع الجسد، واحرصى على إسعاده فى العلاقة الخاصة . .

لا ترددى فى الثناء على الأشياء التى اشتراها وابتسمى له دائمًا . .

غيرى مكان الأثاث بالمنزل بين فترة وأخرى . .

أشركيه فى همومك وخذى برأيه . .

قبّلى رأسه بين فترة وأخرى ولا تنامى إلا وهو راضٍ عنك . .

تحرى تجهيز ما يحبه من أنواع الأطعمة . .

ساعديه فى أموره وخففى عنه آلامه وهمومه . .

أشعرى زوجك بأهميته عندك . .

شاوريه فى أمورك وإن كانت لا تخصه، ولا تغفلى رأيه . . انتظريه عند قدومه وقابليه بلهفة . .

اجعليه يشعر بأنك افتقدته فعلاً . .

زينى اللقاء بتلك الكلمات التى تطرب الأذن وتداعب المشاعر، وأخرجى ما لديك من جمل رنانة تسعد قلبه وترسم الابتسامة على شفتيه بعد عناء يوم طويل . .

ناديه بأحب الأسماء إلى مسامعه . .

ابتسمى له، وإذا تحدث أظهرى المتابعة لما يقول صوتًا وصورة . .

كونى مرنة، حنونة، وحاولى مشاركته ما أمكن، وكلما أتيحت لذلك فرصة.. كونى دائمًا بجانبه خاصة إذا مرض أو أخفق أو حتى أخطأ فى حقك..

اجعلى له الأولوية المطلقة حتى على أولادك، وفضّليه على كل شىء، وليكن إرضاؤه غايتك وقولى ذلك أمامه.. استخدمى عبارات الشكر والامتنان والعرفان بالجميل بإخلاص ودون تكلف..

أقصر الطرق إلى قلب زوجك طاعته واحترام رأيه وإنزاله منزلة تليق بقوامته..

أبعدى الرتابة والروتين عن حياتك الزوجية، وجددى فى نفسك وأسلوبك ومظهرك..

اجعلى البيت المكان الذى يريده زوجك فعلاً للراحة النفسية والجسدية، ووفرى تلك الأجواء الشاعرية التى تذكى روح الحب والألفة والمودة بينكما..

كونى لطيفة لينة هينة مع زوجك بلا عناد ولا غضب..

يقول عمر بن الخطاب -رضى الله عنه- (وهو من اشتهر بقوته وغلظته): «ينبغى للرجل أن يكون فى أهله مثل الصبىّ، فإذا التمسوا ما عنده وُجِدَ رجلاً».

وتذكرى أختاه أن الزوجة الذكية هى التى لا تواجه زوجها عند الغضب، وتغتنم لحظات المودة بينهما، فتنصحه بلطف وبشكل غير مباشر، وبأسلوب

رقيق، مع تذكيره بسائر مزاياه الطيبة - أثناء ذلك- وأنها تراه نموذجًا كاملاً للزوج، ولكن حبذا لو ابتعد عن العناد والغضب حتى لا يسيء ذلك إلى كماله أو رجاحة عقله وشخصيته. . . وهكذا.

تجملي عند ثورته بالهدوء، و تصرفي بحكمة لتمتصي غضبه. .

لا تكثري من الثرثرة مع زوجك بعد عودته من عمله، فإنه يلقى من التعب والمشقة في يومه ما يتطلب الراحة والهدوء، بل عليك أن تحسني استقباله، وتخففي عنه تعبه، وعليك أن تتجنبي كثرة الأسئلة، وأن لا تلحى عليه فى الإجابة عن سؤال لا يرغب فى الإجابة عنه مما قد يوقعه فى حرج، فالزوجة الفطنة تستعيض عن الإلحاح فى السؤال بالجلسة الهادئة بينها وبين زوجها لعل ذلك يريحه ويذهب بملله أو تعبه، فيبدأ بالتحدث عما فى نفسه فتحصل الزوجة على ما تريد أن تعرفه أو تتأكد منه دون إحراج لزوجها.

دعى شريك حياتك يعلم بشكل واضح تمامًا أنك تحبينه وتحترمينه فعلاً، فهذا الحب وهذا الاحترام هما الضمان الأكيد لعلاقة سعيدة ومستقرة.

تذكرى أيضًا أن الأزواج يفضلون على الدوام التخلص من بضعة أشياء، من جملتها النكد والكبت الذى يسلبهم حرياتهم. ويقف على رأس كل تلك الأمانى أمنية التخلص من عصبية الزوجة التى يرتفع صراخها -خاصة على الأطفال- لأمور تافهة.

ومن همساتي إليك عزيزتي أقول:

اعلمي أنه في بداية الزواج أكثر ما يشغل الزوج هو جمال زوجته، ولكن بعد مضي مدة قصيرة يركز جل اهتمامه على كلامها. فإذا أصبح زوجك على استعداد للقول إن زوجتي وإن لم تكن جميلة إلا أنها نديمة جيدة وكلامها جميل. فلتعلمي أيتها الزوجة حينذاك أنك محبوبته ومعشوقته الدائمة.

وإذا كان ديننا لا يجيز للزوجة أن تطلب من زوجها ما لا طاقة له على توفيره لها. إلا أن من أهم أسباب الود بين الزوجين أن تطلب الزوجة من زوجها بين الحين والآخر شيئًا في حدود طاقاته وإمكانياته؛ لأن مثل هذا الأمر يعد أسلوبًا فعالاً لإيجاد الألفة والمحبة، ويؤدي إلى توطيد أواصر الرحمة.

وفضلاً عن ذلك فإن شعور الرجل بحاجة المرأة إليه يرضي طموحه ويرى فيه نوعًا من الاعتبار لشخصه ولاهتمام المرأة به.

فالمرأة الذكية تعرف كيف ومتى تطلب من زوجها بعض حاجاتها أو مالاً لنفقاتها الخاصة.

وبكل الحب أهمس إليك لأذكرك أن هناك إيجابيات كثيره تتحقق بالتزام الزوجه الصمت عند غضب الزوج. فسماعك لكلمات لا تسرك من قبل زوجك ليست نهاية العالم.. ولا ينبغي أن تكون كذلك، ولكنها حالة تعتري الزوج، قد يكون فيها محقاً، وقد لا يكون كذلك.. فالزوجة الذكية هي التي تستطيع تحويل الغضب الى رضى.

عزيزتي:

لا تنفعلي عند غضب زوجك، بل على العكس . .

عندما تشعرين بغضبه حاولي أن تمدحيه، فمدح الغاضب والثناء عليه يقضي على الغضب، ويولي الغضب هاربًا منه، بل يحوله الى رضا . .

حاولي أن تفاجئي زوجك عند الغضب بكلمات المدح قبل أن تتفوهي بأي كلمة أخرى، فمثلاً إذا نادى عليك وهو في قمة الغضب (وذلك يتضح في نبرات صوته) قولي له:

نعم يا حبيبي، يا قلبي، عمري . . مُرْني يا حياتي

ثم لاحظي ما سيحدث بعدها لنبرة صوته ودرجة انفعاله.

بعد ذلك عليك أن تطفئي غضب زوجك بعدم التباطؤ وسرعة التجاوب، فبعض الأزواج يكونون عند غضبهم كالنار الملتهبة تلتهم كل ما أمامها . .

تخلصي مما وقعت من الخطأ في الحال أمام الزوج وإن رافقه اعتراف بالخطأ فهو أفضل.

وإياك أن تعترضي عليه بأنه هو السبب في وقوعك بالخطأ أو أنه يتعمد بالبحث عن أخطائك.

تسابقي الى التخلص مما يغضبه وسترين ابتسامه بادية على وجهه حتى وإن حاول أن يخفيها.

إن مسارعتك في إزالة غضبه ستمكنك من قيادته والتربع على عرش قلبه.

وأود أن أذكرك عزيزتى بقول رسول الله ﷺ حين سئل: أى النساء خير؟ قال: «التى تسره إذا نظر، وتطيعه إذا أمر، ولا تخالفه فى نفسها ولا مالها بما يكره».

عندما يغضب زوجك بينى له أن السبب الذى أغضبه هو محق فيه لتشاطريه همومه، ولتجعليه يطرح عن كاهله أغلب ما فى نفسه من ضيق فستهدأ نفسه بسرعة.

ولعلك تفهمين جيداً أن الحب لا يحتمل التحدى وأن عدم إحراج الزوج لحظة غضبه هى وحدها مكسب كبير.

كم سيشعر وقتها أن قلبك كبير وأن العلاقه ليست تحديًا، إنما هى مودة خاصة..

إذا وجدت له مخرجًا من الحرج الذى وقع فيه لحظه غضبه فسيرتاح إليك ويعمل على أن يقدم الكثير لك، ولكن دون أن يشعرك أنه يشكر إنقاذك له حفاظًا على عزة نفسه.

ولا تغفلى أختاه عن دعوة صادقه لحظة غضب زوجك فإنها تفتح كل أبواب الرحمة وتخمد الغضب.

ابتهلى إلى الله تعالى لحظة غضب الزوج، فقلبه بين إصبعين من أصابع الرحمن يقلبهما كيف يشاء.

استقبلى زوجك دومًا بابتسامة وودعيه بابتسامة، واسألى عن حاله وأحواله ولا تتدخلى بأعماله..

تجاذبى معه أطراف الحديث وأسمعيه كلامًا طيبًا وأظهرى له جانبًا لينًا .

تذكرى قول الرسول ﷺ: «إذا صلت المرأة خمسها، وصامت شهرها، وحفظت فرجها، وأطاعت زوجها قيل لها: ادخلى الجنة من أى الأبواب شئت».

عزيزتى:

إذا كنت تعانين من ندرة كلمات الحب والعطف والحنان من زوجك -ذلك لأن أغلب الأزواج يحاول إخفاء هذه المشاعر وعدم إظهارها للزوجة المسكينة ظنًا منه أن هذا التصرف يؤثر على رجولته وجديته معها فتسقط هيبته ويقل احترامه فى نظرها -وإذا كنت تشعرين أنه غير مبال بك أو بمظهرك . . إذا كنت تعانين من هذه المشكلة عليك أن تتعلمى كيف تستخرجين كلمات الحب من فم زوجك وتنتزعى منه المشاعر الجميلة انتزاعًا، وذلك مع الصبر والتحمل حتى تقطفى ثمرة النجاح . .

إذا أردت لزوجك أن يتغير وينطلق لسانه بالكلمات العذبة التى تتشوقين لسماعها منه فعليك بممارسة هذا التغيير على نفسك أولاً، وأعطيه الفرصة ليتعرف على المشاعر التى تولدها لمسة عاطفية أو لحظة اهتمام . . فإن محصلة اهتمامك به ستكون مثيرة لاهتمامه بك بالطريقة العاطفية ذاتها . .

ضعى كلمات الحب فى أذن زوجك حتى يتعلم كيف ينطقها . .

واطبعى كلمات الحب أمام ناظريه حتى يعرف متى يستخدمها ودعيه يشعر بالألفة مع تعبيراتك العاطفية . . احرصى دائمًا على ترديد كلمة

(أحبك) على مسمع زوجك بين اللحظة والأخرى، واسأليه بعدها هل هو أيضًا يحبك؟ ولا تقبلى أن تكون إجابته بهز الرأس أو الإيماء، وإنما حاولى أن تستخرجيها من فمه قدر المستطاع حتى يتدرب ويعتاد لسانه على نطقها..

ولا تيأسى من محاولاتك واصبرى عليه؛ لأن الرجل يتعلم منذ طفولته كيف يخفى عواطفه خلف مظهر هادئ وصامت، حتى يعطيه صورة الرجل الحقيقى فى نظره!!

قومى بكتابة بعض الكلمات الجميلة ذات المعانى النبيلة والتى تثير انتباه الزوج، وتختلف هذه الكلمات بحسب حالة الرجل مثل كلمة: (أحبك.. حياتى.. عمرى.. روحى.. مشتاقة لك.. تصبح على خير.. صباح الخير..) إلى غيرها من الكلمات التى تسرى فى النفس البشرية، وتعمل فى قلوب وأحاسيس الرجال العجائب.. وبعد كتابتها قومى بوضعها على فراش زوجك، أو على مكتبه فى البيت أو فى درج السيارة، أو فى أى مكان ترينه مناسبًا بشرط أن يكون فى مكان يثير انتباهه..

بعض الزوجات المبدعات فى حياتهن الزوجية، يحرصن على أن لا تغيب هذه الكلمات عن نظر زوجها، وخاصة حينما يكون فى البيت فتستغل كل وسيلة ممكنة للتعبير عما فى خلجات نفسها من عواطف جياشة لزوجها، فتقوم

بكتابة بعض الكلمات أو العبارات الجميلة الرقيقة فى أماكن لا تخطر على بال أحد . .

مثلاً يمكنك أن تقومى بكتابة كلمة (صباح الخير . . أو أشتاق إليك) بأحمر الشفاه -حتى يسهل تنظيفه - على زجاج المرآة التى يستخدمها الزوج فى الصباح، فى أثناء استعداده للذهاب إلى العمل . . أو أن تقومى باستغلال شاشة التوقف الخاصة بالحاسب الآلى الخاص بالزوج، وتقومى بكتابه ما تريدين من كلمات فى المكان الخاص بها، وحينما يقوم الزوج بتشغيل الجهاز ليقوم بعمله قد يتركه لبعض الوقت فتظهر شاشة التوقف، ويقرأ ما سطرته أناملك الرقيقة من كلمات . .

لا تبخلى على زوجك بكلمات الإعجاب . . ولتشجعيه بالابتسام والقبول الواضح لمحاولاته، ولا تتوقعى كل ما تتمنين، ومع هذا لا تيأسى من محاولاتك واستمرى . . احرصى على تجديد شبابك ومظهرك، حتى يراك كأجمل امرأة فى العالم . . واهتمى بمظهرك وزينتك فى بيتك لزوجك، وتزينى له بكل ما تملكين من نفيس وغال، لتكونى فى أجمل وأبهى زينة وأحسن شكل لتستنطقى قلبه قبل لسانه وتستخرجى مكنونه الدفين من حب وعبارات رقيقة . .

ولك أن تتصورى أيتها الزوجة مدى السعادة التى ستحصلين عليها عن طريق رضا زوجك عنك ومحبته ووده بقليل من الذكاء واللباقة فى اللسان والكلمات الرقيقة والحوار الممتع.

عزيزتي الزوجة:

إذا أردت أن تتعلمي السرقة الحلال فإليك هذه المفاتيح لتسرقي بها قلب زوجك:

- مفتاح الصمت والابتسامة الودود.
- مفتاح التذكرة.
- مفتاح الإصلاح.
- مفتاح الثقة.
- مفتاح زرع الهيبة.
- مفتاح الاحترام.
- مفتاح التفاخر والتماس الأعذار.
- مفتاح الجاذبية.
- مفتاح الإنصات والاهتمام.

حين ينفعل زوجك ويغضب عليك بمفتاح الصمت والابتسامة الودود، ثم الربتة الحانية حين يهدأ والسؤال عن سبب غضبه بلسان يقطر شهداً.

حين يقصر في العبادة وتشعرين بفتوره عليك بمفتاح التذكرة غير المباشرة. وحين تحدث له مشكلة في عمله جربي مفتاح بث الثقة، واسيه وشجعيه.

أمَّا وأنتما مع أولادكما فلا تنسى مفتاح زرع الهيبة أشعريه بأنه محور حياتكم، إن عاد بشيء مهما كان قليلاً فأجزلي له الشكر . .

إياك أن تسمحي لأحد الأولاد أن يخاطب أباه بكلمة «أنت» دون أن تنظرى إليه بعتاب وتحذريه من أن يكررها ويخاطب أباه بغير أدب .

على مائدة الطعام احرصى على ألا يضع أحد فى فمه لقمة قبل أن يجلس الأب ويبدأ بالأكل .

وحين يخلد إلى النوم والراحة حولى بيتك إلى واحة من الهدوء، وألزمى صغارك غرفة واحدة دون أصوات عالية أو تحركات مزعجة .

مع أهله وأهلك اصطحبى مفتاح الاحترام . .

وأنتما وحدكما استخدمى مفتاح الأنوثة والجاذبية .

وهو يتحدث افتحى مغاليق نفسه بمفتاح الإنصات والاهتمام وإظهار الإعجاب بما يقول وتأييده فيه .

فى أوقات الخلاف استعينى بمفاتيح التماس الأعذار وحسن الظن، والرغبة فى تنقية النفوس .

وأخيراً أيتها الزوجة:

كونى مثل الزجاجه النقية أمام أشعة الشمس الحارة تنفذ من خلالك ولا تنعكس لتحرق غيرك، بل كونى كالقوارير التى إذا ما أرسلت إليها أشعة الشمس ازدادت جمالاً وسرقت القلب بلألأتها وررونقها .

وفى أذنيك أخى الزوج أهمس:

تذكر أننا فى زمان كثرت فيه الفتن، فاتخذ الزينة فى نفسك وفى ملبسك، فإن ذلك محبب إلى زوجتك..

تغزل بها بين حين وآخر وامتدح زينتها إن تزينت وبالغ فى المدح..

احرص بشدة على عدم الأكل حتى تحضر إلى المائدة..

لا تمنعها من صلة أرحامها وزيارة والديها..

كوّن علاقات طيبة مع أهلها وإخوانها..

راعها فى بعض حالاتها النفسية وخصوصًا أوقات الحيض والحمل والنفاس..

ربِّ أبناءك على احترام والدتهم وطاعتها وتقبيل رأسها ويديها..

امتدح أخلاقها وحسن تدبيرها خاصة أمام أهلها..

إذا سافرت عنها أخبرها بمشاعرك تجاهها ومكانتها فى قلبك..

لا تظهر عيوبها فى الملابس أو الطعام أو الكلام بشكل مباشر..

اجعل يومًا فى الأسبوع لها وللأولاد للخروج والترفيه عن النفس وابتعد عن الروتين المنزلى..

لا تكن جافًا فى التعامل معها، وتذكر أنها امرأة (فرفقًا بالقوارير)..

زيّن ألفاظك عند مخاطبتها، ونادها باسم مميز تحبه. فاجئها ببعض الطلبات التى كنت ترفضها سابقًا وأحضرها لها..

لا تبخل عليها بالثناء إذا بذلت مجهودًا مميزًا في أعمال البيت . .

ساعدها في أعمال المنزل ولو في أمور يسيرة في أوقات متفرقة . .

شجعها على هواياتها وشاركها في إبداء الرأى لهـا . . وتذكر يا أخي الكريم أن الكلمة الطيبة صدقة، ولها فعل السحر في النفوس . . فهي تبني ولا تهدم، وتصلح ولا تفسد، فلتراعِ مشاعر وأحاسيس زوجتك ورفيقة عمرك، فلا تؤذها بكلمات قاسية أو تلميحاتٍ مهينة . .

والزوجة تحب أن يبذل زوجها جهده مخلصًا في سبيل راحتها وسعادتها، وأن تشعر أن زوجها يقوم برعايتها من خلال إظهار الاهتمام بمشاعرها وأحاسيسها، وهي تحتاج أن تشعر أن لها مكانة خاصة عند زوجها . .

فعندما يقوم الزوج برعاية زوجته فإنها تصبح أكثر قدرة على الثقة العميقة به وبإمكانياته.

أغمض عينيك في هدوء ثم افتحهما في هدوء، فإن ذلك يمنحك خيالاً واسعًا ويزيدك هدوءًا ويعطي شريكتك فرصة للتوازن وترتيب مشاعرها . .

لا تكن قلقًا في نظراتك، تكثر الرمش بسرعة فإن ذلك يشعر شريكتك بالاضطراب ويخفي جمال لغة عينيك.

وبرغم استكانتها لك واستضعافها معك، وانفرادها بحمايتك لها من الآخرين وحبها لمظاهر القوة و الرجولة فيك تريد أن تأمن قوّتك عليها، وألا يلحقها منك قسوة القوة إن لم ترحمها . .

تذكر أن زوجتك -مثلها مثل أى امرأة- تحمل في داخلها فطرة الطفلة، ترغب في صحبة من يحميها، وتحب فيك ببراءة الطفلة حنان الأب وحكمته وقوته فلا تخيب فيك رجاءها ولا تغلق بابًا قد فتح بينك وبينها.

لا تضن على زوجتك ورفيقة عمرك وزدها من المودة والرحمة وعاملها بعاطفة الاحترام والتقدير، فالقليل منه له أثر السحر.

عزيزى الزوج.. عزيزتى الزوجة لكما معاً أهمس:

كم تحتاجان معًا إلى لحظة صفاء ونسمة ترويح وإن تباعدت أوقاتهما قليلاً، وإلا تحولت العلاقة بينكما إلى قنبلة موقوتة قد تنفجر فى أى لحظة فتدمر الأسرة بأكملها.

تحدثا معًا فى حوار مشترك لا تنتهى خيوطه..

قوما بالتخطيط مسبقًا بشأن مستقبل علاقتكما ببعضكما البعض وبأبنائكما.

يذكر الدكتور «جريج جولدنر»، مدير مركز الدراسات للعلاقات عن بُعد أن الفرق بين الأزواج الذين ينجحون والذين لا ينجحون يكمن فى كلمتين «القواعد الأساسية» فوفقًا للدراسات التى تم إجراؤها وجد أن أكثر من ٨٠٪ من الأزواج لم يتوقعوا النتائج أو يتحدثوا عن الخطط المستقبلية وكيفية التعامل معها خلال الستة أشهر الأولى من العلاقة الزوجية وهذه نقطة مهمة جداً.

ومن الأمور التى تحدث ضرراً بالغًا بالعلاقة الزوجية محاولة أحد الزوجين فرض السيطرة على الآخر..

ويؤكد علماء النفس أنه فى استطاعة كلا الزوجين أن يجعلا حياتهما الزوجية الممتدة تجربة مشتركة يخوضانها معًا يبذل كل منهما العطاء والحنان من أجل الشريك الآخر، دون الدخول فى مباريات لإثبات من يتمتع بالشخصية القوية، ومن هو صاحب الكلمة المسموعة فى البيت.

وفيما يتعلق بالمشكلات، يجب عليكما التزام الوضوح التام مع النفس.. فعدم التزام الوضوح والشفافية يؤدى إلى تصاعد المشكلات، مما يؤدى بدوره إلى تدمير العلاقات الحميمة بين الطرفين..

إذا شعرتما أن العلاقة لا تسير على ما يرام فلا تحاولا إقناع نفسيكما بعدم وجود المشكلات.. هذا يجعلكما أكثر قابلية لمواجهة المشكلات بشجاعة، وعدم المبالغة فيها، أو عدم إعطائها حق قدرها.

ولتعلما أن هناك فرق بين الصمت المؤقت والمزمن، فالصمت المؤقت يكون فى أوقات الخلافات وهذا شيء حميد. ويفضل ألا يطول مثل هذا النوع من الصمت، ولكن يجب المناقشة وتعرية المشكلة تمامًا حتى يمكن القضاء على جذورها، وتستأنف الحياة الزوجية الطبيعية.

أما الصمت المستعصى (المزمن) فيكون بمثابة المسمار الأول فى نعش الحياة الزوجية.. هنا يكون القلب قد فقد البوصلة فيحتار ويسير أحيانًا بمسارات خاطئة قد تزيد من حالة البرود العاطفى بين الزوجين فيصنع حائلاً بينهما، ويحوّل الحب إلى نفور، ويتحول الزواج من سكن ومودة إلى مباراة من مباريات الضربة القاضية، وتكون الصعوبة فى إمكانية عودة الحب من جديد بينهما، فقد فقدت العلاقة بينهما صفة الامتنان والمودة..

ولا بد هنا من معرفة سبب هذا النفور الذى أدى إلى هذا الصمت الزوجى بين الطرفين.

هنا لا بد من جلسة ودية وصافية فى مكان مريح ووقت مناسب حتى يتم تذويب ما علق بالنفوس من تراكمات..

يقول خبراء علم الاجتماع أن الزوج والزوجة اللذين يشعران أنهما لا يقضيان وقتًا كافيًا فى صحبة أحدهما الآخر يمكنهما إيجاد وسيلة للاندماج عن طريق القيام بالأعمال المشتركة لصالح أسرتهما، فإحساس الزوجة أن الزوج يشاركها فى بعض الأعباء الأسرية يشعرها أنه يتعاطف معها.

ولا تنسيا أن لمسة هادئة ربما تلطف كثيراً من وطأة الأعباء الأسرية ومشاقها.

إن بعض الأحاسيس والمشاعر الدافئة لا تبوح بها عبارات الحب مهما تنمقت، ولايشعر الآخرون بدفئها وحنوها وحنانها حتى لو أن الأجساد تعانقت!!

وحين تعجز العبارة عن التعبير، ويقف الجسد حائراً عن التبرير.. حينئذ تبرق العينان بنظرات الحنو والدفء لتختصر قائمة من عبارات الحب، وتختزل سنين من العمر ربما تطول.

عيناك قد دلتا عينيّ منك على أشياء لولاهما ما كنت أدريها!!

عزيزى الزوج.. عزيزتى الزوجة

من أجمل ما قيل عن نظرات الحب وأثرها فى النفس:

«إن لغة العيون بين المحبين هى مرآة القلب، قصيرة الوقت، سريعة الوصول، بليغة الأثر. إنها فن ومهارة فلتستمتعا معًا بهذا الفن، ولتكتسبا معًا تلك المهارة.

وفيما يتعلق بالمشكلات، يجب عليكما التزام الوضوح التام مع النفس . . فعدم التزام الوضوح والشفافية يؤدى إلى تصاعد المشكلات، مما يؤدى بدوره إلى تدمير العلاقات الحميمة بين الطرفين . .

إذا شعرتما أن العلاقة لا تسير على ما يرام فلا تحاولا إقناع نفسيكما بعدم وجود المشكلات . . هذا يجعلكما أكثر قابلية لمواجهة المشكلات بشجاعة، وعدم المبالغة فيها، أو عدم إعطائها حق قدرها .

ولتعلما أن هناك فرق بين الصمت المؤقت والمزمن، فالصمت المؤقت يكون فى أوقات الخلافات وهذا شيء حميد. ويفضل ألا يطول مثل هذا النوع من الصمت، ولكن يجب المناقشة وتعرية المشكلة تمامًا حتى يمكن القضاء على جذورها، وتستأنف الحياة الزوجية الطبيعية .

أما الصمت المستعصى (المزمن) فيكون بمثابة المسمار الأول فى نعش الحياة الزوجية . . هنا يكون القلب قد فقد البوصلة فيحتار ويسير أحيانًا بمسارات خاطئة قد تزيد من حالة البرود العاطفى بين الزوجين فيصنع حائلاً بينهما، ويحوّل الحب إلى نفور، ويتحول الزواج من سكن ومودة إلى مباراة من مباريات الضربة القاضية، وتكون الصعوبة فى إمكانية عودة الحب من جديد بينهما، فقد فقدت العلاقة بينهما صفة الامتنان والمودة . .

ولا بد هنا من معرفة سبب هذا النفور الذى أدى إلى هذا الصمت الزوجى بين الطرفين .

هنا لا بد من جلسة ودية وصافية فى مكان مريح ووقت مناسب حتى يتم تذويب ما علق بالنفوس من تراكمات . .

يقول خبراء علم الاجتماع أن الزوج والزوجة اللذين يشعران أنهما لا يقضيان وقتًا كافيًا فى صحبة أحدهما الآخر يمكنهما إيجاد وسيلة للاندماج عن طريق القيام بالأعمال المشتركة لصالح أسرتهما، فإحساس الزوجة أن الزوج يشاركها فى بعض الأعباء الأسرية يشعرها أنه يتعاطف معها.

ولا تنسيا أن لمسة هادئة ربما تلطف كثيراً من وطأة الأعباء الأسرية ومشاقها.

إن بعض الأحاسيس والمشاعر الدافئة لا تبوح بها عبارات الحب مهما تنمقت، ولايشعر الآخرون بدفئها وحنوها وحنانها حتى لو أن الأجساد تعانقت!!

وحين تعجز العبارة عن التعبير، ويقف الجسد حائرًا عن التبرير.. حينئذ تبرق العينان بنظرات الحنو والدفء لتختصر قائمة من عبارات الحب، وتختزلَ سنين من العمر ربما تطول.

عيناك قد دلتا عينىّ منك على أشياء ... لولاهما ما كنت أدريها!!

عزيزى الزوج.. عزيزتى الزوجة:

من أجمل ما قيل عن نظرات الحب وأثرها فى النفس:

"إن لغة العيون بين المحبين هى مرآة القلب، قصيرة الوقت، سريعة الوصول، بليغة الأثر.. إنها فن ومهارة فلتستمتعا معًا بهذا الفن، ولتكتسبا معًا تلك المهارة.

وتعطلت لغة الكلام وخاطبت عينيّ فى لغة الهوى عيناك

ولأهمية هذه اللغة بين الزوجين خاصة جاءت بعض الآثار التى تعمّق أثر هذه اللغة فى النفس . .

فمن تلك الآثار : الأمر بالنظر إلى المخطوبة قبل الزواج لأن هذه النظرة سبب من أسباب الألفة والمودة والاتفاق .

قال ﷺ : **«انظر إليها فإنه أحرى أن يؤدم بينكما»**.

إن الزوجة التى تشبع نظر زوجها هى خير ما يكنز المرء ، يقول صلوات الله وسلامه عليه : **«ألا أخبركم بخير ما يكنز المرء! المرأة الصالحة إذا نظر إليها سرته، وإذا أمرها أطاعته، وإذا غاب عنها حفظته»**.

وتبادل النظرات بين الزوجين من أسباب تنزل الرحمات يقول رسولنا الكريم صلوات الله عليه :

«إن الرجل إذا نظر الى امرأته نظرة ود ونظرت اليه نظرة ود نظر الله إليهما نظرة رحمة، فإذا أخذ بكفها تساقطت ذنوبهما من بين أصابعهما»، فما أعجب هذه اللغة! وما أبدع هذا الدين الذى أرشد إلى تعميق التخاطب بهذه اللغة بين الزوجين خاصة!

وتؤكد دراسات علمية متعددة أن المحبين عادة ينظرون إلى عيون بعضهم أثناء الحديث . .

ويكمن سر وروعة جمال العيون فى اتساع الحدقة، وتأثير ذلك على عينى الشريك الآخر!!

يقول علماء النفس: «إن الإنسان لا يستطيع إرادياً التحكم فى حركة حدقة عينيه، ولكنه يمكن إثارتهما لأجل الاتساع».

فمن المعروف أن الإنسان عندما يرى مناظر جميلة ومريحة، أو يرى من يحب تتسع حدقتا عينيه بشكل لا إرادى.

من منا لا يحتاج إلى هذه المشاعر الجميلة.. إن لغة العيون بين الزوجين هى السحر الحلال، فلينظر كل منكما إلى عينى الآخر فى هدوء.. وليُطل النظر إلى مواطن الجمال فيه حتى تصلا معًا إلى درجة من التواصل بحيث تجعلا كل حواسكما تشارككما التعبير عن دفء المشاعر.

حقاً! إن لغة العيون من أعظم وسائل الإشباع العاطفى بين الزوجين، إنها تزرع الثقة فى النفس وتزيد الحب والألفة بينهما، كما أنها تمنح الشعور بالاحترام والتقدير وتذيب كثيراً من الجليد المتراكم فى الحياة الزوجية.

وتذكرا أيضًا أن إضفاء روح المرح فى جو الأسرة وإشاعة الدفء فيها هو مسئولية مشتركة يقع على عاتق كل من الزوجين فيها عبء لا يستهان به وهو ضرورة لا غنى عنها فى كل بيت..

فالفكر يحتاج إلى مسامرة، والنفس تحتاج إلى محادثة ومطارحة، ولكل وقت للنفس حال ولغة تطلبها وتفهمها، وخاصة وقت المصافاة.

إن وجودكما معًا هو سكن للنفس، وراحة للبال والقلب، وسكون للعواطف الجياشة، فذلك من آيات الله ونعمه..

فلتحمدا الله حتى تربو تلك النعمة وتدوم، وليسرع كل منكما فى بذر الخير فى قلب الآخر ، وليعزز محاسنه عنده، وليحببه فى شخصه ويقربه من قلبه حتى يصفو لكما الود ويعطى كل منكما للآخر كل ما عنده .

إلى شريك العمر:

دعني أسافر في ناظريك
وأروى ظمئي من مقلتيك
وأزرع حبي على وجنتيك
وأقتل حزني في راحتيك
وأملأ قلبي حباً إليك

الفهرس

الموضوع الصفحة

السر الأول

أبجديات البيت السعيد ١٥

السر الثانى

الدورة الطبيعية للحياة الزوجية ٢٦

السر الثالث

أنماط نفسيات الرجل والمرأة ٣٤

السر الرابع

إبداعات فى فن التناغم الزوجى ٤٥

السر الخامس

فن التعامل مع المشكلات الزوجية ٦١

السر السادس

همسات فى أذن الأزواج والزوجات ٧٥

الأسرار الخفية في السعادة الزوجية

Happy Marriage

Design by Abdul Rahman Magdy

الصحوة
ALSAHOH
دار الصحوة للنشر والتوزيع
5 عطفة فريد - من شارع مجلس الشعب
القاهرة - جمهورية مصر العربية